

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Ajda Rogelj

Individualno opolnomočenje v spletnih podpornih skupinah - primer foruma Nebojse.si

Diplomsko delo

Ljubljana, 2014

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE

Ajda Rogelj

Mentor: doc. dr. Gregor Petrič

Individualno opolnomočenje v spletnih podpornih skupinah - primer foruma Nebojse.si

Diplomsko delo

Ljubljana, 2014

Individualno opolnomočenje v spletnih podpornih skupinah - primer foruma Nebojse.si

V diplomski nalogi o individualnem opolnomočenju v spletnih podpornih skupinah se osredotočamo na preučevanje dejavnikov podpornega komuniciranja in motivov za participacijo. Ena izmed trditev, ki smo jo preučevali tako s teoretičnega kot empiričnega vidika, je pomembnost spletnih podpornih skupin za ljudi s psihosocialnimi težavami. Njihova koristnost se kaže tako z vidika dostopa do informacij, kot tudi z vidika dostopa do različnih vrst podpore. Poleg konceptualizacije raziskovalnega problema se v nalogi posvečamo operacionalizaciji merskih instrumentov in izvedbi empirične raziskave. Zbiranje podatkov za raziskavo je potekalo na slovenskem forumu Nebojse.si, ki je namenjen pomoči osebam z depresijo in anksioznimi motnjami. V sklopu analize zbranih podatkov (n=119) nam je z multiplo regresijsko analizo uspelo identificirati ključne dejavnike za povečanje individualnega opolnomočenja, ki ga razumemo kot skupek lastnosti posameznika, predvsem njegovo samoučinkovitost, samospoštovanje in sposobnost odločanja. Izmed vključenih spremenljivk nanj najmočnejše vplivata zaznava emocionalnega podpornega komuniciranja in prisotnost instrumentalno – kolektivnih motivov za participacijo, kot so motivi vključenosti, izmenjave nasvetov, mnenj in izkušenj. Izveden je bil tudi metodološki eksperiment, s katerim smo uspeli dobiti uvid v učinke, ki jih ima uporaba spletne podporne skupine Nebojse.si na uporabnike.

Ključne besede: spletne podporne skupine, individualno opolnomočenje, motivi za participacijo, podporno komuniciranje.

Individual empowerment in online support groups – the case of Nebojse.si forum

In presented thesis on individual empowerment in online support groups we are focusing on factors of supportive communication and reasons for participation. We understand individual empowerment as a set of individual characteristics, especially self-efficacy, self-esteem and decision-making ability. One of the arguments that have been studied both from the theoretical and empirical point of view is the importance of online support groups for people with psychosocial problems. Their importance is reflected both in terms of access to information as well as in terms of different types of support. Beside research problem conceptualization, we are focusing on operationalization of measuring instruments and conducting a survey. The survey was conducted on Nebojse.si online forum, which is dedicated to help people with depression and anxiety disorders. As a part of data analysis (n=119) we succeed to identify main factors for the increase of individual empowerment. The strongest impact on individual empowerment have perceived emotional supportive communication and the presence of instrumental - collective motives for participation (motives such as inclusion, exchanging advices, opinions and experiences). Moreover we carried out the methodological experiment, with which we managed to get an insight in the effect of Nebojse.si online support group.

Key words: online support groups, individual empowerment, motives for participation, supportive communication.

KAZALO VSEBINE

1	UVOD	6
2	SPLETNE PODPORNE SKUPINE	8
3	INDIVIDUALNO OPOLNOMOČENJE	10
3.1	DIMENZIJE INDIVIDUALNEGA OPOLNOMOČENJA	11
3.2	INDIVIDUALNO OPOLNOMOČENJE V SPLETNIH PODPORNH SKUPINAH	12
3.3	DEJAVNIKI OPOLNOMOČENJA V SPLETNIH PODPORNH SKUPINAH	15
4	RAZISKOVALNI OKVIR	20
5	EMPIRIČNA RAZISKAVA	21
5.1	KONTEKST RAZISKAVE.....	21
5.2	ZBIRANJE PODATKOV	22
6	OPERACIONALIZACIJA	23
6.1	MOTIVI ZA PARTICIPACIJO.....	25
6.2	PODPORNO KOMUNICIRANJE.....	30
6.3	INDIVIDUALNO OPOLNOMOČENJE IN METODOLOŠKI EKSPERIMENT.....	32
7	ANALIZA IN REZULTATI	39
7.1	DEMOGRAFSKA STRUKTURA VZORCA IN UPORABA FORUMA	40
7.2	PREDSTAVITEV SESTAVLJENIH SPREMENLJIVK	42
7.3	PREVERJANJE HIPOTEZ	45
7.4	RAZPRAVA	51
8	ZAKLJUČEK	55
9	LITERATURA	57
	PRILOGI	64
	PRILOGA A: ANKETNI VPRAŠALNIK	64
	PRILOGA B: PRIMERJAVA SLOVENSkih SPLETNIH FORUMOV	68

Kazalo tabel

Tabela 3.1: Dimenzije individualnega opolnomočenja.....	11
Tabela 6.1: Opisne statistike indikatorjev motivov za participacijo.....	26
Tabela 6.2: Rezultati faktorске analize indikatorjev instrumentalno – individualnih motivov.....	28
Tabela 6.3: Rezultati faktorске analize indikatorjev instrumentalno – kolektivnih motivov.....	28
Tabela 6.4: Rezultati faktorске analize indikatorjev ekspresivno – kolektivnih motivov.....	29
Tabela 6.5: Rezultati faktorске analize indikatorjev ekspresivno - individualnih motivov.....	29
Tabela 6.6: Opisne statistike indikatorjev podpornega komuniciranja.....	30
Tabela 6.7: Rezultati faktorске analize indikatorjev informacijsko podpornega komuniciranja.....	31
Tabela 6.8: Rezultati faktorске analize indikatorjev emocionalnega podpornega komuniciranja.....	32
Tabela 6.9: Opisne statistike splošnega stanja individualnega opolnomočenja.....	35
Tabela 6.10: Rezultati faktorске analize indikatorjev splošnega stanja individualnega opolnomočenja.....	36
Tabela 6.11: Opisne statistike samoocene učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje.....	37
Tabela 6.12: Rezultati faktorске analize indikatorjev samoocene učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje.....	39
Tabela 7.1: Demografska struktura anketirancev.....	40
Tabela 7.2: Uporaba foruma.....	41
Tabela 7.3: Opisne statistike sestavljenih spremenljivk motivov za participacijo.....	42

Kazalo slik

Slika 4.1: Grafična predstavitev hipotez.....	21
Slika 7.1: Primerjava ocen stanja (n=66) in ocen učinkov uporabe foruma (n=51).....	44
Slika 7.2: Model A - splošna ocena stanja individualnega opolnomočenja.....	46
Slika 7.3: Model B - samoocena učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje.....	48

1 Uvod

Z razvojem spleta in njegovo integracijo v posameznikov vsakdan je razumljivo, da se je velik del družbenih interakcij prestavil tudi na splet. Poleg močno razširjenih uporab spleta, kot so pošiljanje ter sprejemanje sporočil in iskanje informacij, se je na spletu razvilo tudi iskanje pomoči ter izmenjava podpore. S pomočjo spleta namreč proizvajamo prostore, ki z uporabo računalniško posredovanih komunikacij odpirajo ogromne možnosti informiranja in sodelovanja v najširšem smislu. Poleg tega olajšajo ter pospešijo dolgo vrsto storitev in procesov, kot je npr. izmenjava nasvetov. S to mislijo želimo preučiti, ali so z orodji spleta poenostavljeni tudi posamezni načini reševanja posameznikovih problemov ter iskanja in pridobivanja pomoči. Usmerili se bomo v preučevanje spletnih podpornih skupin, ki so v zadnjih letih postale pomemben in koristen prostor za ljudi v različnih situacijah.

Raziskovanje spletnih podpornih skupin ima v mednarodnem merilu že relativno dolgo zgodovino, kar kaže na pomembnost te teme. Po drugi strani pa je v slovenskem prostoru to raziskovanje praktično odsotno, čeprav obstaja nekaj spletnih podpornih skupin, ki so med uporabniki spleta zelo priljubljene (npr. med.over.net, nebojse.si, iskreni.net), raziskovalcem pa omogočajo veliko prostora in tematik za raziskave. Aktualnost preučevanja spletnih podpornih skupin lahko nakažemo tudi preko rezultatov raziskav na to temo. Po ugotovitvah raziskave Online Health Search iz leta 2011 je kar 34 % ameriških internetnih uporabnikov že obiskalo spletne skupnosti z namenom iskanja vsebin, povezanih z zdravjem (Fox 2011). Obiskovanje in sodelovanje v spletnih skupnostih se povečuje tudi v Sloveniji. Med najbolj obiskanimi so spletne skupnosti, namenjene zdravstveni tematiki. Po MOSS-ovih podatkih iz 2010 se ocenjuje, da skoraj polovica (49 %) slovenskih uporabnikov spleta zanimajo ali zelo zanimajo vsebine o zdravju in zdravilih. Polovica oseb (50 %) v starosti 10–74 let pa internet uporablja za iskanje informacij, povezanih z zdravjem (SURS 2012).

Uporabnost spletnih podpornih skupin izhaja iz širokega potenciala interakcij, ki v njih nastajajo in posledično prednosti, ki jih ima uporaba teh skupin na posameznike. Spletne podpirne skupine imajo namreč pomembno vlogo pri spopadanju posameznikov tako z vsakdanjimi težavnimi situacijami kot so npr. težave v medsebojnih odnosih kot tudi specifičnimi problemi, ki jih predstavljajo nekatera bolezenska stanja in pomembne življenjske prelomnice kot so npr.

nosečnost, ločitev, izguba bližnjega ipd. Na podlagi tega želimo preučiti ali lahko posamezniki preko uporabe spletnih podpornih skupin dosežejo kakšne spremembe v vsakdanjem življenju, npr. večji nadzor in učinkovitejše spopadanje z vsakdanjimi situacijami. Opisane spremembe posameznika, ki se lahko odražajo tako na vedenjski kot kognitivni ravni, na tem mestu poimenujemo individualno opolnomočenje, le-ta pa predstavlja osrednji pojem naloge.

Najpogosteje se sicer kot ključne dejavnike individualnega opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah omenja način uporabe, tj. aktivna ali pasivna participacija (npr. Bishop 2006; Mo in Coulson 2010), mi pa smo se odločili za preučevanje dejavnikov zaznave podpornega komuniciranja in namenov uporabe. Nanju se osredotočamo zato, ker menimo, da njuna vloga še ni dovolj raziskana. Poleg tega menimo, da gre za pomembne vidike delovanja v spletnih podpornih skupinah, ki opisujejo tako razlike med posamezniki kot razlike med interakcijami v samih skupinah. Ker splet posameznikom ponuja širok prostor participacije, nas bo zanimalo, kakšni so razlogi ali nameni za participacijo posameznikov v spletnih podpornih skupinah; je to iskanje nasvetov, specifičnih informacij, prostor, kjer lahko nekomu zaupajo svoje občutke ali mogoče kaj drugega?

Namen naloge je torej preučiti, kako podporno komuniciranje in motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah vplivajo na individualno opolnomočenje. Diplomsko delo bomo pričeli s teoretskim delom, v katerem bomo najprej predstavili pojem individualnega opolnomočenja in nato pojasnili odnose med pojmi individualnega opolnomočenja, podpornega komuniciranja, motivov za participacijo in spletnih podpornih skupin kot kontekstom raziskovanja. Pomemben del naloge bo predstavljal operacionalizacija teoretskih pojmov in načrtovanje izvedbe empirične raziskave, v sklopu katere bomo izvedli tudi metodološki eksperiment, vezan na merjenje učinkov individualnega opolnomočenja. Za analizo zastavljenega raziskovalnega problema in preverjanja oblikovanih hipotez bodo uporabljene različne metode statistične analize podatkov (univariatna, bivariatna, faktorska analiza in multipla linearna regresija). V zadnjem delu naloge bodo rezultati ovrednoteni z vidika teoretskih izhodišč in splošnega konteksta raziskovalnega problema ter seveda rezultatov empirične raziskave.

2 Spletne podporne skupine

Preden se posvetimo spletnim podpornim skupinam, se želimo posvetiti pojmom spletnih skupnosti in podporne skupine. Menimo namreč, da je razumevanje in poznavanje teh pomembno za razumevanje samih spletnih podpornih skupin.

Pojem spletne skupnosti razumemo kot nadpomenko pojma spletnih podpornih skupin, saj gre pri spletnih podpornih skupinah pravzaprav za specifično obliko spletne skupnosti. Rheingold, ki velja za začetnika preučevanja spletnih skupnosti, jih definira tako: "Spletne skupnosti so družbeni agregati, ki nastanejo, ko posamezniki dovolj dolgo in z zadostno mero občutka za sočloveka oblikujejo javne diskusije in pride do oblikovanja medosebnih odnosov v kiberprostoru" (Rheingold 1993, 5).

Poleg spletnih skupnosti pa lahko kot nadpomenko spletnih podpornih skupin razumemo tudi tradicionalne podporne skupine, kjer komunikacija poteka iz-oči-v-oči. Med najbolj razširjenimi so podporne skupine za posameznike, ki se spopadajo z odvisnostmi, motnjami hranjenja, žalovanjem in različnimi boleznimi kot je npr. diabetes ali rak. To so skupine, kjer si člani nudijo medsebojno emocionalno oporo in informacije o skupnem problemu (Farris Kurtz 1997). Podporne skupine delujejo kot polje skupinske interakcije s pripadajočimi skupinsko-dinamičnimi procesi, ki so tipični za samopomoč, medsebojno pomoč in podporo ter uravnavajo procese in učinke (samo)pomoči (Klemenčič Rozman 2011).

Pri spletnih podpornih skupinah¹ pa gre za podporne skupine, ki se odvijajo prek spleta. Oblikujejo se lahko na različnih platformah, kot so npr. odprte ali zaprte skupine na spletnih forumih in drugih servisih za spletna socialna omrežja. Opredelimo jih kot spletne skupnosti, kjer si lahko posamezniki z dejanskimi ali potencialnimi zdravstvenimi in/ali psihološkimi težavami izmenjujejo socialno oporo in znanje ter izkušnje o svojih ali težavah drugih ter okoliščinah, ki le-te spremljajo. Namenjene so oblikovanju družbenih odnosov med člani in se primarno

¹ Za boljše razumevanje naloge bi radi razjasnili uporabo različnih pojmov, ki se nanašajo na širše pojmovanje spletnih podpornih skupin; to so spletne skupnosti, namenjene zdravstveni tematiki, spletni zdravstveni forumi, spletne skupine samopomoči, elektronske podporne skupine ipd. Veliko raziskovalcev (npr. Tanis 2007, 2008; Davison in drugi 2000) za omenjene načine združevanja in medsebojnega sodelovanja uporablja enotno pojmovanje, zato bomo temu sledili tudi mi in v nalogi uporabljali izraz spletne podporne skupine.

osredotočajo na osebne teme, kot so bolezni, smrt, spolna usmerjenost ipd. (Stanoevska-Slabeva 2002).

Pri pojasnjevanju pojma spletnih podpornih skupin z vidika njihovih uporabnikov je potrebno omeniti, da se za posameznikovim iskanjem družbene podpore skriva občutek pomanjkanja le-te. Tisti, ki v dosegu svojega okolja (strokovnjaki, organizacije ali pomembni drugi) potrebne in želene družbene podpore ne dobijo ali je ne želijo iskati (predvsem v primeru stigmatiziranih stanj, ki so družbeno slabo sprejeta), lahko za nadomestitev primanjkljaja uporabijo splet in spletne podporne skupine (Braithwaite in drugi 1999; Cline 1999; Finn 1999; Wright in Bell 2003; Tanis 2007). Spletne podporne skupine so namreč tako kot podporne skupine v splošnem, most med družbeno izolacijo in novim družbenim svetom, ki se odpre z delitvijo in razkritjem svoje zgodbe (Høybye in drugi 2005). Dejavnosti v spletnih podpornih skupinah so namreč v zelo veliki meri podobne tistim v tradicionalnih podpornih skupinah (King in Moreggi 1998; Finn 1999; Tanis 2008).

Četudi so spletne podporne skupine močno vezane na podporne skupine kot take, moramo za razumevanje delovanja spletnih podpornih skupin omeniti ključne lastnosti računalniško posredovanega komuniciranja. Tu se želimo osredotočiti predvsem na tisto, kar računalniško posredovano komuniciranje loči od neposrednega (iz oči-v-oči) komuniciranja. »Spletne interakcije so primarno tekstovne narave, omogočajo relativno anonimno interakcijo in širjenje posameznikovih osebnih omrežij« (Tanis 2008, 701). Ravno omenjene lastnosti omogočajo ključne pozitivne procese v spletnih podpornih skupinah (prav tam).

Preučiti želimo predvsem pozitivne lastnosti spletnih podpornih skupin, a omeniti gre, da imajo te lahko tudi določene negativne lastnosti ali izzive, kot jih poimenujeta White in Dorman (2001). Izzive vidita predvsem ob primerjavi s face-to-face podpornimi skupinami, nanašajo pa se na komunikacijsko raven pomanjkanja neverbalnih znakov, komunikacijski šum, nemoderiranje in odsotnost strokovnjakov (prav tam). Vsekakor je potrebno povedati, da se spletne podporne skupine med seboj zelo razlikujejo, kar je odvisno predvsem od načinov njihovega upravljanja, strukture komuniciranja, osrednje teme in konec koncev tudi samih uporabnikov. Nekaterim spletnim podpornim skupinam uspe privabiti številne strokovnjake in moderatorje, pa tudi razviti dobro normativno strukturo, ki omogoča visoko kvaliteto informacij, zaupanja in občutka pripadnosti.

Čeprav večina spletnih skupin nima formalne administrativne strukture, ki bi urejala notranjo dinamiko in interakcije, v njih prevladujejo skupinski dogovori in norme o delovanju (White in Dorman 2011). Te so nujne, saj spletne podporne skupine uspešno delujejo le, če v njih obstaja splošen konsenz o namenu obstoja skupine. To pomeni, da morajo udeleženci deliti podobna prepričanja o ciljih in vrednotah spletne podporne skupine.

O razširjenosti uporabe spletnih podpornih skupin poročajo številni raziskovalci (npr. Wright 2002a; Tanis 2007, 2008; van Uden-Kraan in drugi 2008; Davison in drugi 2010). Ena od pomembnejših razlag vedno večje prisotnosti spletnih podpornih skupin je, da se njihovo število povečuje z vedno pogostejšo rabo informacijsko komunikacijske tehnologije splošne javnosti (White in Dorman 2001). Razloge, zakaj so spletne oblike podpornih skupin tako priljubljene, pa gre iskati v širokem potencialu množice različnih ljudi, ki v njih lahko sodelujejo. Ker so uporabniki spletnih podpornih skupin po definiciji le teh za tematiko skupine zainteresirani, posedujejo zanimanje in veliko izmed njih tudi veliko več relevantnega znanja in izkušenj kot skupine izven spleta, ki so sestavljene iz družinskih članov, prijateljev in znancev. To pride do izraza predvsem pri spletnih podpornih skupinah za posameznike s specifičnimi bolezenskimi stanji (npr. HIV/AIDS, različne vrste raka, epilepsija, kronične bolezni), skupine za žrtve posilstva in skupine, namenjene različnim odvisnostim. Zato sklepamo, da spletne podporne skupine presegajo face-to-face podporne skupine tako z vidika številčnosti in različnosti izkušenj ter mnenj, v določenih primerih pa tudi v podobnostih in zanimanjih (Wright in Bell 2003, Tanis 2008).

3 Individualno opolnomočenje

Koncept opolnomočenja temelji na ideji moči, saj je opolnomočenje povezano z njeno spremembo: s pridobivanjem, širjenjem, zmanjševanjem in izgubljanjem moči (Page in Czuba 1999). Opolnomočenje je interaktiven proces, ki se dogaja med posameznikom in njegovim okoljem (Kieffer, 1984). Mogoče ga je razumeti kot proces oz. mehanizem, s katerim ljudje, organizacije ali skupnosti pridobijo kontrolo nad svojim življenjem (Rappaport 1984).

Pregled literature na temo opolnomočenja hitro razkrije raznolikost definicij, ki izhajajo iz različnih disciplin preučevanja, ravni in enot analize ter različnega pojmovanja moči. Opolnomočenje je večdimenzionalen konstrukt, ki vsebuje individualno, skupinsko in

skupnostno raven, pojavlja pa se v različnih znanstvenih disciplinah, kot so psihologija skupnosti, zdravstvene študije, politične vede, izobrazba, ženske študije, socialno delo in management (Peterson in drugi 2005). Možno ga je preučevati na osebni oz. individualni ravni, medosebni, organizacijski, skupnostni in skupinski ravni (Hur 2006, 530). V nalogi raziskujemo opolnomočenje na ravni posameznika kot individualno opolnomočenje.

3.1 Dimenzije individualnega opolnomočenja

Kot pri pojmu opolnomočenja, smo tudi pri ožjem pojmu individualnega opolnomočenja v literaturi zasledili več različnih definicij in dimenzij. Različnost dimenzij je razvidna iz spodnje tabele, povzete iz teoretskega preučevanja tipologij opolnomočenja.

Tabela 3.1: Dimenzije individualnega opolnomočenja.

Avtorji	Dimenzije
Diversi in Mecham (2005)	Akademsko uspešnost in bikulturalna identiteta
Larson, Walker in Pearce (2005)	Samozavest
Boehm in Staples (2004)	Mojstrstvo in samoodločnost
Becker, Kovach in Gronseth (2004) Kovach, Becker in Worley (2004)	Samoodločnost, samozadostnost in sposobnost sprejemanja odločitev
Fetterman (1996); Sprague in Hayes (2000)	Samoodločnost
Speer (2000)	Občutek nadzora in uspešnosti
Breton (1994)	Spodbujanje sposobnosti
Lee (1994)	Samoučinkovitost, kritično zavedanje, razvoj in kultivacija
Thomas in Velthouse (1990) Spreitzer, Kizilos in Nason (1997)	Posedovanje smisla, sposobnost, samoodločba in učinek
Moreau (1990)	Zagovorništvo in povečevanje zavedanja

Vir: Hur (2006, 532).

Nekateri avtorji individualno opolnomočenje razumejo kot enodimenzionalen pojem, kot npr. samoodločnost (Fetterman 1996; Sprague in Hayes 2000), samozavest (Larson in drugi 2005) ali večanje kompetenc (Breton 1994). Večina drugih pojem individualnega opolnomočenja razume kot večdimenzionalnega in poudarja pomembnost kombinacije več dejavnikov. Dejavniki individualnega opolnomočenja so širše opredeljeni kot sposobnost izvrševanje želja in ciljev posameznika. V ožjem smislu pa zajemajo zmožnost dostopa do potrebnih informacij in zmožnost odločanja, samozadostnosti in (raz)spoznanja.

Pri obravnavi individualnega opolnomočenja se nam zdi ključno omeniti dejstvo, da je pomembno tako, kaj si ljudje mislijo o samih sebi, kot njihovo dejansko znanje in sposobnosti, s

katerimi razpolagajo (Staples 1990, 32). Posledično smo se odločili, da gradimo na Zimmermanovi definiciji, ki tudi sicer velja za eno bolj citiranih na področju raziskovanja individualnega opolnomočenja. Zapišemo torej lahko, da se individualno opolnomočenje nanaša na posameznikov občutek učinkovitosti, samospoštovanja oz. osebnih sposobnosti in posameznikove sposobnosti sprejemanja življenjskih odločitev (Zimmerman 1995).

Posameznikov občutek učinkovitosti ali samoučinkovitost (ang. *self-efficacy*) po Banduri (1997, 3-4) razumemo kot pridobljeno sposobnost, sestavljeno iz kognitivnih, socialnih, emocionalnih in vedenjskih veščin, ki lahko generira učinkovito delovanje. Le to pa zahteva tako dejanske sposobnosti kot prepričanje o sposobnosti njihove ustrezne uporabe za doseg ciljev.

Druga dimenzija individualnega opolnomočenja je samospoštovanje, ki ga Rosenberg (v Marčič in Kopal Grum 2009, 61) definira kot »celoto pozitivnih ali negativnih stališč posameznika do sebe in občutij, s katerimi doživlja samega sebe ter usmerja svoje ravnanje. Visoko samospoštovanje pomeni, da se posameznik sprejema takšnega kot je, da se ceni ter da je zadovoljen sam s seboj. Oseba z nizkim samospoštovanjem pa se ne ceni, svojih lastnosti ne odobrava, o sebi pa ima negativno mnenje«.

Tretja izmed dimenzij individualnega opolnomočenja je posameznikova sposobnost sprejemanja življenjskih odločitev (ang. *decision-making ability*), pri katerem gre za mentalni proces zaznave o sposobnosti izbiranja med različnimi možnostmi, katerega rezultat je odločitev o končni izbiri (Reason 1990).

3.2 Individualno opolnomočenje v spletnih podpornih skupinah

Braithwaite in drugi (1999) navajajo, da spletne podpirne skupine ponujajo holistični in kooperativni pristop h kulturnim in družbenim potrebam udeleženi, čigar rezultati se kažejo v občutjih opolnomočenja. Bilo je namreč dokazano, da specifični mehanizmi spletnih podpornih skupin pripomorejo tudi k individualnemu opolnomočenju (Tanis 2007, 2008; Barak in drugi 2008). Te naj bi bile osebne in medosebne dinamike, ki so pri tovrstnih skupinah ključne za doseganje primarnih ciljev podpornih skupin tj. izmenjava podpore, nasvetov in izkušenj. V nadaljevanju se bomo preko natančnejšega opisa dogajanja in komunikacije v spletnih podpornih

skupinah osredotočili na razširitev omenjenih procesov in rezultatov individualnega opolnomočenja.

3.2.1 Deljenje izkušnje

Za komunikacijo med uporabniki spletne podporne skupine je bistvenega pomena skupna izkušnja ali skupno zanimanje. Ključna lastnost spletnih podpornih skupin je ravno priložnost, da ljudje vzpostavljajo stike z drugimi posamezniki, ki imajo podobne izkušnje, težave, zanimanja ali vprašanja (Sparks 1992, Wright in Bell 2003, Tanis 2008). Poleg tega je prednost sodelovanja v spletnih podpornih skupinah to, da vključujejo množico uporabnikov v različnih vlogah (od bližnjih prijateljev do popolnih neznancev), ki se zanimajo za isto tematiko, a pogosto posedujejo različne družbene, kulturne in geografske lastnosti (Tanis 2008). Spletne podporne skupine tako velikokrat združujejo in povezujejo ljudi različnih starosti in iz različnih okolij.

Kot pravita Wright in Bell (2003) so ravno naši najbližji, družinski člani in prijatelji, velikokrat prvi, pri katerih zaznamo (prikrito) neodobravanje in nerazumevanje za svoje težave. Zato je delitev svoje zgodbe s skupino ljudi, kjer gre na eni strani za razumevanje situacije, na drugi strani pa za odsotnost močnih vezi ter zmanjšanega družbenega tveganja, zelo velika prednost spletnih podpornih skupin (Bargh in McKenna 2004). Omogoča namreč razvoj t.im. zagovorništva, ki jo Moreau (1990) razume kot dimenzijo individualnega opolnomočenja. Z izražanjem svojih misli in opisovanjem težavnih situacij lahko uporabniki dosežejo tudi t.im. katarzične občutke, kot je razbremenitev, olajšanje, sprostitvev čustev ipd. (Miller in Gergen 1998; Finn 1999). Pravzaprav se kot pozitivno za uporabnike lahko izkaže tudi samo pasivno sodelovanje v skupini, kot ga predstavlja branje zapisov in občutkov drugih. To namreč omogoča širjenje perspektiv in novih pogledov na soočanje z lastnimi situacijami.

3.2.2 Izkušnje emocionalne opore

Empirično raziskovanje spletnih podpornih skupin se v veliki meri osredotoča na emocionalno oporo, ki jo raziskovalci prepoznajo kot pomemben vir podpore v spletnih podpornih skupinah. Številni raziskovalci so preverjali vlogo emocionalne opore v spletnih podpornih skupinah. Med njimi tudi Preece, ki se je osredotočila na sporočila z empatično vsebino in v svoji raziskavi odkrila, da ima sprejemanje in dajanje splošnih informacij v spletnih podpornih skupinah

sekundarno vlogo in da je veliko pomembnejša komunikacija, ki vključuje elemente empatije in emocionalne opore (Preece 1998). O tem, da v spletnih podpornih skupinah prevladuje empatično komuniciranje in emocionalna opora, poročajo tudi številni drugi raziskovalci (npr. Finn 1999; Preece in Ghazati 2001, Coulson in drugi 2007).

Poleg emocionalne opore pa lahko uporabniki spletnih podpornih skupin izkušajo tudi druge vrste podpore, kot je npr. širša družbena, informacijska, mrežna podpora² (ang. *network support*) in instrumentalna opora. Uporabniki so si med seboj v pomoč pri premagovanju različnih težavnih situacij in problemov, zaradi katerih so se na prvem mestu sploh odločili sodelovati ali uporabljati spletno podporno skupino. Uporabnikom skupine omogočajo zmožnost prevzemanja vloge odgovorne in aktivne osebe, ki drugim in sebi s svojimi sposobnostmi, empatično komunikacijo in osebnimi izkušnjami ter nasveti lahko pomagajo (Miller in Gergen 1998). Gre pravzaprav za medsebojno učenje, ko posameznik preko svojih in zapisov drugih prepoznava sebe, svoje razmišljanje in doživljanje. Tako lahko povečuje svojo samozavest, mojstrstvo in samoučinkovitost, razvija pa lahko tudi kritično zavedanje, ki po Lee (1994) prav tako spada med pomembno dimenzijo individualnega opolnomočenja.

3.2.3 Učinkovitejše reševanje problemov

Poleg emocionalne opore imajo v spletnih podpornih skupinah ključno vlogo tudi informacije (Coulson in drugi 2007, van Uden-Kraan in drugi 2007, 2008). Gre za specifične informacije, ki vključujejo nasvete o soočanju z določenimi težavami, problematičnimi stanji, kot tudi za strokovne nasvete in informacije o stranskih učinkih zdravil. Pri informacijah, ki si jih v spletnih podpornih skupinah udeleženci izmenjujejo, je ena izmed ključnih značilnosti, da te prihajajo s strani posameznikov s podobnimi izkušnjami (van Uden-Kraan 2008).

Dinamika, ki med uporabniki v spletnih podpornih skupinah nastaja, poseduje številne potenciale, ki uporabnikom pomagajo pri soočanju s svojimi situacijami (Tanis 2008). Z izmenjavo in deljenjem informacij se v teh skupinah posamezniki preko terapevtskega razkritja svojih težav in situacij lahko nekoliko razbremenijo, izboljša pa se tudi njihovo soočanje s situacijami (Bargh in McKenna 2004; Wright in Bell 2003; Tanis 2007, 2008; Finn 1999;

² Mrežna podpora sestoji iz komuniciranja, v katerem je prisotna izrazita pripadnost skupini ljudi, ki si delijo skupne izkušnje in zanimanja.

Braithwaite in drugi 1999). Ključno vlogo pri tem imajo tudi t.im. povratne informacije. Te uporabnikom omogočajo objektivnejše in izboljšano razumevanje situacij, kar se izkaže kot povečanje sposobnosti sprejemanja odločitev ter povečan občutek nadzora. Omogočajo pa tudi učinkovitejše reševanje problemov in iskanje novih načinov za spopadanje z njimi. Pri tem naj omenimo, da je v komunikaciji običajno prisotna visoka stopnja odkritosti in odprtosti, zaradi česar se hitro in pogosto razvijejo medsebojna razmerja (Coulson in Malik 2012). Ravno zaradi opisanega lahko okolje spletnih podpornih skupin primerjamo s prijateljskim in sosedskim, v katerega se številni pogosto vračajo, preko sodelovanja v njem pa lahko okrepijo svoje individualno opolnomočenje.

3.3 Dejavniki opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah

Zgoraj predstavljeni procesi in rezultati sodelovanja v spletnih podpornih skupinah so odvisni od več dejavnikov, mi pa se bomo osredotočili na dva izmed njih. Predstavili bomo dejavnika podpornega komuniciranja in motivov za participacijo in pojasnili njun vpliv na individualno opolnomočenje posameznikov v spletnih podpornih skupinah.

3.3.1 Podporno komuniciranje

Pri teoretski opredelitvi podpornega komuniciranja bomo izhajali predvsem iz definicije Uletove (2009), ki podporno komuniciranje opredeli kot obliko komuniciranja, ki ponuja pomoč tistim, ki so jo potrebni. S komunikacijo, svetovanjem in podporo skušamo namreč ljudem pomagati. Podporno komuniciranje je prisotno v vseh oblikah komunikacije in vsi iščemo podporo v življenju, tako kot jo tudi nudimo (Ule 2009).

Podporno komuniciranje in njegova zaznava sta z vidika opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah zelo pomembna in pravzaprav predstavljata temelj spletnih podpornih skupin. Učinkovito podporno komuniciranje povečuje samoučinkovitost pri soočenju s konfliktnimi dogodki in stresnimi situacijami, njihova ustrezna rešitev pa povečuje kakovost življenja in povezuje ljudi v podporna omrežja (Ule 2009). Interakcije, ki vključujejo podporno komuniciranje, vplivajo na individualno opolnomočenje, ker omogočajo izmenjavo informacij in nasvetov ter generalizirano družbeno podporo, ki vodita k opolnomočenju.

Pri pregledu literature o podpornem komuniciranju nas je pritegnila predvsem delitev podpornega komuniciranja na dve dimenziji: emocionalno in informacijsko. Prepričani smo, da je omenjena delitev pomembna za pojasnjevanje komunikacije v spletnih podpornih skupinah, saj lahko zasledimo opazno vsebinsko ločnico med zapisi in komentarji, ki vsebujejo večjo stopnjo emocionalno podpornega komuniciranja ali večjo stopnjo informacijsko podpornega komuniciranja.

Emocionalno podporno komuniciranje Burleson (2003) opredeli kot komunikacijo posameznika, s katero želi ta drugemu pomagati pri soočanju s stisko. Prisotno je izražanje sočutja, skrbi in zanimanja za posameznikove težave (Burleson in MacGeorge 2002). Informacijsko podporno komuniciranje pa se nanaša na zagotavljanje potrebnih informacij v primeru težav, problemov ali pri odločitvah (House 1981; Krause 1986).

V literaturi lahko zasledimo različne rezultate o vplivih posameznih dimenzij podpornega komuniciranja. O pozitivnih vplivih emocionalnega podpornega komuniciranja govorijo številni raziskovalci in na nekatere smo se sklicevali že v prejšnjem poglavju. Sedaj bi se radi osredotočili na informacijsko podporno komuniciranje, katerih rezultati so v spletnih podpornih skupinah manj konsistentni (Knapp in Daly 2002). Nekateri raziskovalci namreč poročajo o njegovih pozitivnih učinkih na soočenje s težavami (npr. Cutrona, Suhr in MacFarlane; Sullivan; Winstead in drugi v Knapp in Daly 2002, 394). Druge raziskave pa kažejo na to, da ima informacijsko podporno komuniciranje pri soočanju s težavami negativne vplive (Lehman in drugi v Knapp in Daly 2002). Negativen učinek naj bi se kazal predvsem v primerih, ko prihaja do izmenjave nerelevantnih ali nekredibilnih informacij in zavajajočih nasvetov (Knapp in Daly 2002).

3.3.2 Motivi za participacijo

Po teoriji zadovoljevanja potreb lahko rečemo, da so motivi za uporabo spletnih podpornih skupin splošene dispozicije, ki vplivajo na dejanja, ki jih posameznik uporablja za uresničitev svojih potreb in želja (Wright 2005). Motivacija je namreč osnovni pogon vseh človeških dejanj in vpliva na posameznikove namere in posledično obnašanje (Harackiewicz in drugi 2000). Motivi so zelo heterogene narave in strukture ter so pomembni za proces delovanja, sodelovanja in obnašanja posameznika tudi v spletnih podpornih skupinah.

Nekatere motive v spletnih podpornih skupinah se zadovolji enostavneje kot druge (Tanis 2008). Tako bi lahko trdili, da je v spletnih podpornih skupinah npr. lažje zadovoljiti motiv kratkočasnega kot motiv določene kognitivne spremembe. Seveda je zadovoljevanje motivov povezano tudi z lastnostmi samih podpornih skupin, zaradi tega se nam zdi pomembno aplicirati motive za participacijo na raven spletnih podpornih skupin.

Razlogi za spletno participacijo so drugačni od tistih izven spleta. Poglavitni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah so kognitivne narave, predvsem učinkovitost in spremembe v mišljenju (npr. sprejemanje odločitev, interpretiranje informacij in sporočil iz okolice, pa tudi lastnih občutkov). V ozadju motivov za participacijo v spletnih podpornih skupinah pa je identifikacija članov skupine, ki kot prevladujoč motiv participacije velja za podporne skupine izven spleta (Postmes in Brunsting 2002). Vseeno pa vzporednice med participativnimi motivi za tradicionalne podporne skupine in spletne podporne skupine ostajajo, saj v obeh prevladujeta želja po iskanju emocionalne opore in druženje (Fox 2011). Nekateri posamezniki spletne podporne skupine uporabljajo primarno kot vir informacij, drugi pa kot prostor (raz)spoznanja in razvijanja občutka pripadnosti. Poleg že omenjenih motivov pa so razlogi za participacijo v spletnih podpornih skupinah lahko povezani tudi z nekoliko bolj zahtevnimi motivi, kot so zmanjševanje občutka osamljenosti in drugačnosti, nekompatibilnosti in družbene izoliranosti (Barak in drugi 2008).

Pri raziskovanju motivov za participacijo se je potrebno odločiti za določeno tipologijo, saj je področje zelo široko. V teoriji pojasnjevanja motivov obstoji namreč več delitev motivov, npr. na individualne in kolektivne, na terminalne in instrumentalne, na intrinzične in ekstrinzične, na zunanje in notranje, na racionalne in emocionalne, na zadovoljevanje potreb ali uresničevanje ciljev. Mi smo motive za uporabo v spletnih podpornih skupinah preučevali skozi Walgravevo strukturalno delitev motivov na dve dimenziji: instrumentalno-ekspresivna in individualno-kolektivna (Walgrave in drugi 2010). Čeprav lahko na teren spletnih podpornih skupin prenesemo tudi marsikatero drugo tipologijo motivov, pa smo se za Walgravevo delitev odločili zaradi tega, ker ta izpostavlja vrste motivov, ki so pomembne v pojasnjevanju individualnega opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah.

Individualno-kolektivna dimenzija motivov se nanaša na posameznikov fokus delovanja in doseganja ciljev ter izhaja iz Marxove razprave o razredni zavesti. Instrumentalno-ekspresivna

dimenzija se nanaša na Webrovo pojmovanje družbene akcije in razlikovanja med »instrumentalno racionalnimi« in »vrednostno racionalnimi« dejanji. Pri tem se »instrumentalno« nanaša na ekstrinzična dejanja in na nekaj, kar bi dejavnost lahko prinesla (npr. spremembo). Na drugem polu dimenzije pa si »ekspresivno« ne prizadeva za dosego spremembe v zunanjem svetu (Walgrave in drugi 2010).

Walgrave iz omenjenih dimenzij motivov opredeli naslednje štiri vrste motivov:

- Instrumentalno - individualni motivi so tisti, ki označujejo potencialne učinke, ki so možni prek dejavnosti, za katere je posameznik motiviran. Namen je uresničitev posameznikovega cilja. Mednje lahko vključimo npr. dosego spremembe (vedenjske, kognitivne), iskanje strokovnih in specifičnih nasvetov, preganjanje dolgočasje ter iskanje zabave.
- Instrumentalno - kolektivni motivi so tisti, ki označujejo potencialne učinke, ki so možni prek dejavnosti, za katere je posameznik motiviran in jih deli s skupino oz. skupnostjo. Mednje lahko vključimo npr. iskanje socialne opore, vključenost, izmenjava nasvetov, mnenj in izkušenj.
- Ekspresivno - kolektivni motivi so tisti, ki so sami sebi namen in ne želijo spreminjati obstoječega sveta ali situacij. Motivi se nanašajo na skupinske oz. skupnostne vrednote, mnenja ali pritožbe. Tej kategoriji ustrezajo motivi kot so družbena interakcija, dobrobit in posplošena socialna opora.
- Ekspresivno – individualni motivi so tisti, ki so sami sebi namen in s katerimi posameznik ne želi spreminjati obstoječe situacije, temveč le izraziti svoje občutke, vrednote, pritožbe ali žalovanje kot prototipom le teh. Kategoriji ustrezajo motivi kot npr. izražanje občutij in vrednot ter žalovanje kot prototip te kategorije motivov.

Ob povezovanju motivov za participacijo in individualnega opolnomočenja se nam zdi ključno poudariti, da posamezni motivi različno vplivajo na rezultate uporabe (Johnsen in drugi 2002) in doseženo individualno opolnomočenje. Različni motivi na drugačen način vplivajo na to, kako bo uporaba teh skupin vplivala na izboljšanje stanja posameznika, saj se določeni razlogi za uporabo spletnih podpornih skupin v svoji uspešnosti rezultirajo bolje kot drugi (Tanis 2008).

Če se posvetimo posameznim kategorijam motivov lahko zapišemo, da naravnost k skupini ali kolektivnost, ki predstavlja skupno značilnost instrumentalno - kolektivnih in ekspresivno - kolektivnih motivov pozitivno vpliva na individualno opolnomočenje. Čeprav je za uporabnika spletnih podpornih skupin prejetje pomembnih informacij izredno pomembno, ni vse le v sprejemanju; bistvo spletnih podpornih skupin je izmenjava, v kateri ima deljenje oz. sporočanje informacij prav tako pozitiven učinek. Delovanje za skupno dobro se namreč izrazi pozitivno tudi na ravni posameznika (Davidson in drugi 1999; Burrows in drugi 2000; Cooper in drugi 2004). Izmenjava nasvetov in izkušenj namreč posameznikovo vlogo osebe potrebne pomoči spremeni v vlogo aktivne osebe, ki poseduje vitalne in pomembne izkušnje ter informacije, s katerimi lahko pomaga drugim (Riessman 1965; Bakardijeva 2003). Gre torej za posredni vpliv, kjer preko pomoči drugemu pomagaš sebi.

Instrumentalnost kot skupna lastnost instrumentalno – individualnih in instrumentalno – kolektivnih motivov, ima prav tako izredno pomembno vlogo v doseganju individualnega opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah. Gre za usmerjena ali »racionalna« dejanja kot jih poimenuje Weber, katerih cilj je doseči spremembo. Zaradi »smiselnosti« in izrazite usmerjenosti k cilju, imajo ti motivi zelo pomembno vlogo pri doseganju individualnega opolnomočenja. Pravzaprav že iz definicije motivov izhaja, da ti tudi usmerjajo posameznikovo pozornost. Na nek način usmerjajo to, kaj bo posameznik v spletni podporni skupini najprej zaznal, kam bo usmerjal svojo pozornost in koliko energije in časa bo namenil posameznim stvarem.

Različne strukture motivov vplivajo različno na individualno opolnomočenje, saj motivi velikokrat vsebujejo tudi pristranska, neutemeljena pričakovanja, ki v nadaljevanju vplivajo na njegovo delovanje in sodelovanje v skupini. Ta začetna determiniranost, ki lahko vpliva na posameznikovo (so)delovanje v skupini pa v končni obliki posamezniku one/omogoča različne stopnje uspešnosti individualnega opolnomočenja.

4 Raziskovalni okvir

Z empirično raziskavo želimo preučiti, kako podporno komuniciranje in motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah vplivajo na individualno opolnomočenje. Naše hipoteze so naslednje:

H1: Zaznava podpornega komuniciranja v spletnih podpornih skupinah pozitivno vpliva na individualno opolnomočenje.

H1a: Zaznava informacijsko podpornega komuniciranja v spletnih podpornih skupinah pozitivno vpliva na individualno opolnomočenje.

H1b: Zaznava emocionalno podpornega komuniciranja v spletnih podpornih skupinah pozitivno vpliva na individualno opolnomočenje.

H2: Različni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah različno vplivajo na individualno opolnomočenje.

H2a: Instrumentalno - kolektivni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah, pozitivno vplivajo na individualno opolnomočenje.

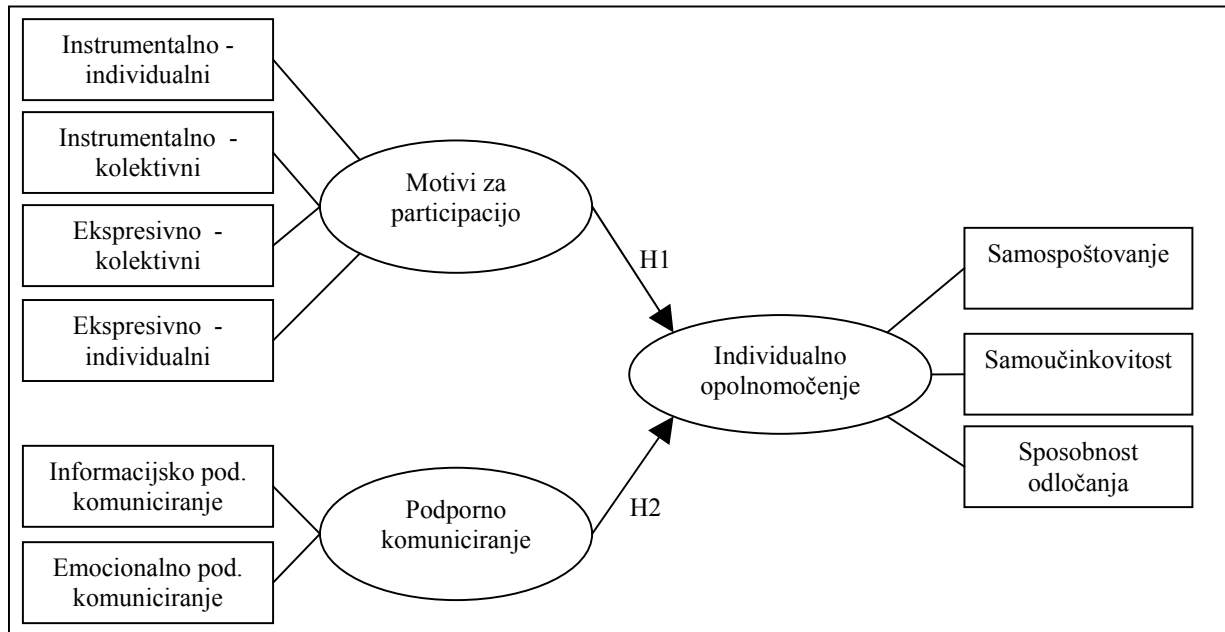
H2b: Instrumentalno - individualni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah, pozitivno vplivajo na individualno opolnomočenje.

H2c: Ekspresivno - kolektivni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah, pozitivno vplivajo na individualno opolnomočenje.

H2d: Ekspresivno - individualni motivi za participacijo v spletnih podpornih skupinah, negativno vplivajo na individualno opolnomočenje.

Na Sliki 4.1. predstavljamo grafično predstavitev hipotez, ki vključuje tudi posamezne dimenzije konceptov.

Slika 4.1: Grafična predstavitev hipotez.



5 Empirična raziskava

5.1 Kontekst raziskave

Raziskovali smo spletne podporne skupine, ki so namenjene duševnemu zdravju. Zanje smo se odločili zato, ker so spletne podporne skupine namenjene duševnemu zdravju v slovenskem okolju kar dobro razvite. Poleg tega gre za aktualno tematiko, ki se ji posveča vedno več pozornosti tudi v javnosti.

V začetni fazi empiričnega dela raziskave smo identificirali populacijo slovenskih spletnih podpornih skupin, ki so namenjene duševnemu zdravju (glej Prilogo B). Na podlagi raziskave terena smo se odločili, da raziskovalni problem preučimo na primeru spletne podporne skupine Nebojse.si, ki se je med vsemi izkazala za najbolj aktivno. Spletna podpora skupina obstaja že 6 let in je imela maja 2012, ko smo raziskavo terena opravili, 4.108 registriranih članov, 6.486 tem in 271.997 prispevkov, ki so jih na forumu spletne podporne skupine objavili njeni člani.

Spletna forum Nebojse.si spada pod okrilje društva DAM (kratica za "Društvo za pomoč osebam z depresijo in anksioznimi motnjami"), ki je namenjen pomoči osebam z depresijo in anksioznimi motnjami. Spletišče, v sklopu katerega deluje forum in klepetalnica, je ustanovila in ga upravlja

skupina prostovoljk in prostovoljcev, ki imajo tako ali drugače izkušnje z anksioznimi motnjami ali depresijo in so pripravljeni laično pomagati soljudem s tesnobnimi motnjami in depresijo. Namen foruma je omogočiti osebam z depresijo in anksioznimi motnjami svobodno komuniciranje, medsebojno vzpodbujanje in z lastnimi izkušnjami pomagati drug drugim. Forumske objave lahko prebirajo vsi obiskovalci (gosti), za objavljanje pa je potrebna registracija. Uredniško ekipo sestavljajo moderatorji ter administrator (Društvo DAM 2013).

5.2 Zbiranje podatkov

Zbiranje podatkov je potekalo od 17. maja do 13. septembra 2012 z metodo spletnega anketiranja preko orodja Ika.si. Enoto analize predstavlja uporabnik foruma Nebojse.si. Zbiranja podatkov nam zaradi metodoloških in praktičnih omejitev³ ni uspelo izvesti na slučajno izbranem vzorcu enot. Pri načrtovanju izvedbe raziskave smo sledili metodološkimi postopkom objavljanja anket na spletnih forumih (Ip in drugi 2010) in administratorju ter uredništvu foruma poslali povabilo in opis namena raziskave. Administrator je objavil temo s sporočilom in povezavo do ankete v forumski temi »Obvestila ekipe društva DAM« in novico o zbiranju podatkov na osnovni strani portala Nebojse.si. Sami smo z dovoljenjem uredništva odprli forumsko temo, sporočilo in povezavo do ankete, v podforumu »Splošno o motnjah«. Obe temi sta bili označeni kot lepljivki, ki si ju je v času zbiranja podatkov ogledalo približno 1300 uporabnikov foruma. Omenjeni način zbiranja podatkov se uporablja tudi v znanstveno-raziskovalnem proučevanju spletnih skupnosti (npr. Tanis 2008; Mo in Couslon 2010; Ip in drugi 2010), kljub temu, da ne omogoča posploševanja rezultatov na celotno populacijo uporabnikov spletnih podpornih skupin. Uporabljeni raziskovalni postopki sicer zagotavljajo visoko kvaliteto zbranih podatkov, a je zaradi neslučajnosti vzorca rezultate vendarle potrebno razumeti bolj kot informativna in ne gotova dejstva.

Na vabilo na spletno anketo je kliknilo 429 uporabnikov foruma, 184 jih je začelo anketo reševati, od tega jih je 121 prišlo do konca ankete. Zaradi izločitve neodgovorov in po ustreznemu čiščenju baze, končni vzorec zajema 119 enot. Stopnja odgovora je bila tako glede na tiste, ki so začeli izpolnjevati vprašalnik, 65 %.

³ Forum Nebojse.si ima seznam vseh registriranih uporabnikov, ki bi lahko omogočil slučajen izbor enot, a uredniška politika foruma ne podpira tako direktnega kontaktiranja uporabnikov za potrebe raziskovanja.

6 Operacionalizacija

Pomemben del raziskovalnega postopka je predstavljala izgradnja merskih inštrumentov podpornega komuniciranja, motivov za uporabo in individualnega opolnomočenja. Cilj operacionalizacije je bilo oblikovanje merskih inštrumentov, s katerimi smo skušali kvalitetno izvesti merjenje. Pri tem smo težili k uporabi preizkušenih (veljavnih in zanesljivih) merskih inštrumentov. Vsekakor moramo omeniti, da lahko določen pojem merimo na več načinov, ki je lahko bolj ali manj veljaven in bolj ali manj praktičen. V postopku prilagodite indikatorjev kontekstu raziskovanja zaradi njihove veljavnosti nismo želeli premočno posegati v vsebino ali obliko že uveljavljenih merskih inštrumentov. Konkretno prilagoditve so opisane pri vsakem merskem inštrumentu posebej. Za večino pojmov smo uspeli uporabiti že uveljavljene merske inštrumente, merski inštrument merjenja motivov za participacijo pa smo inovativno oblikovali na osnovi obstoječe znanstvene literature. Pri oblikovanju lastnih merskih inštrumentov smo upoštevali načela oblikovanja anketnih vprašalnikov, pazili smo, da je jezikovna sestava enostavna in razumljiva, vsebinsko pa smo poleg veljavnosti in zanesljivosti posvetili največ pozornosti vzajemni izključenosti, izčrpnosti in enodimenzionalnosti. Pri oblikovanju indikatorjev (zunanjih znakov oz. kazalcev, ki izražajo nek pojav) smo sledili uveljavljenim postopkom za oblikovanje trditev.

Pred pričetkom zbiranja podatkov je bila izvedena tudi pilotska raziskava, s katero smo preverjali kvaliteto vprašalnika in na tej osnovi optimizirali merske inštrumente. Zbiranje podatkov je potekalo v okviru predmeta Raziskovalni seminar na Fakulteti za družbene vede v študijskem letu 2011/12. Pilotno zbiranje podatkov je omogočilo preverjanje kvalitete vprašalnika predvsem v smislu razumevanja indikatorjev, spremembe in preoblikovanje indikatorjev pa so temeljile na podlagi komentarjev študentov. Spremembe so se nanašale predvsem na jasnost izražanja, npr. indikator *...potešim nujo po izrazitvi svojega psihološkega stanja* smo po pilotski izvedbi zbiranja podatkov preoblikovali v *... lahko izrazim svoje psihološko stanje* ali indikator *.... rešim svoje probleme* v *.... razrešujem svoje probleme*. Pilotna izvedba raziskave se je kot posebej pozitivna izkazala v primeru premalo ali preveč ozko zastavljenih indikatorjev, s čimer smo preprečili asimetrično porazdelitev odgovorov, katerih posledica bi bile nenormalne porazdelitve spremenljivke, kar bi v nadaljevanju otežilo opravljanje statističnih analiz. Najboljši primer tega je indikator *Moje odločitve so dobre*, ki smo ga po pilotni raziskavi preoblikovali v *Moje*

odločitve so skoraj vedno dobre ali indikator Zaradi uporabe spletnega foruma mislim, da sem neuspešen/a, ki smo ga preoblikovali v Zaradi uporabe spletnega foruma pogosteje mislim, da sem neuspešen/na.

Pri oblikovanju merskih inštrumentov smo sledili strogim metodološkim postopkom za oblikovanje veljavnih in zanesljivih mer (Neuman 2003). Pred pričetkom izvedbe kompleksnejših analiz smo analizirali porazdelitve indikatorjev in izločili tiste, ki so bili preveč odstopajoči od normalne porazdelitve. Kvaliteto vseh merskih inštrumentov smo nadalje preverili še z dvema postopkoma:

- Konfirmatorno faktorsko analizo, s katero smo preverjali enodimenzionalnost posamičnega merskega inštrumenta. Tu smo sledili standardnim proceduram, tako da smo izločali indikatorje z nizkimi faktorskimi utežmi (nižjimi od 0.4) ali pa dimenzionirali koncept v več dimenzij, kot jih sugerira faktorska analiza (Carmines in Zeller 1979).
- Izračun Cronbachovega alfa, ki omogoča oceno zanesljivosti posamičnega merskega inštrumenta. Tu smo sledili standardnim kriterijem, ki pravijo, da vrednost 0,6-0,7 nakazuje sprejemljivo zanesljivost, medtem ko vrednosti večje od 0,8 kažejo na visoko zanesljivost (Brown 2006).

Pred predstavitvijo operacionalizacije vsakega teoretskega pojma posebej omenimo še nekaj dodatnih pojasnil. Pri operacionalizaciji smo uporabljali analizo glavnih osi s poševno rotacijo (0,2), iz katerih smo (kjer je bilo to mogoče) razbrali vzorčne uteži. Poleg uteži bomo v naslednjih podpoglavjih navajali tudi komunalitete (extraction), ki izražajo delež variance, ki je pojasnjena s skupnimi faktorji. Poročali bomo tudi o lastni vrednosti, ki izraža prispevek faktorja k pojasnitvi celotne variance, skupen delež pojasnjene variance in mero zanesljivosti posamičnega merskega inštrumenta. Pred predstavitvijo rezultatov faktorske analize bo pri vsakem obravnavanem pojmu predstavljena priprava merskega inštrumenta ter indikatorji z osnovnimi opisnimi statistikami.

6.1 Motivi za participacijo

V obstoječi literaturi nismo našli merskega inštrumenta, ki bi motive za participacijo meril po Walgraveovih kategorijah, zato je bilo oblikovanje indikatorjev v večini samostojno. Po preučitvi že opravljenih raziskav, ki so raziskovale motive za participacijo v spletnih podpornih skupinah, smo indikatorje oblikovali na podlagi najpogostejših motivov za participacijo in na osnovi definicij posamičnih motivov. V pomoč pa so nam bili predvsem indikatorji teorije rabe in zadovoljstva v spletnih skupnostih (po Ishii 2008), pri čemer smo upoštevali kontekst raziskovanja.

Tabela 6.1: Opisne statistike indikatorjev motivov za participacijo.

	Spletni forum uporabljam zato, da....	n	μ	σ	Min	Max	Asimetr.	Splošč.
IS - IN	... spoznam nove načine za soočanje s težavami.	117	3,99	0,92	1	5	-0,72	0,07
	... pridobim specifične informacije (npr. stranski učinki zdravil).	118	3,74	1,11	1	5	-0,79	-0,14
	... se počutim manj osamljenega.	117	3,58	1,08	1	5	-0,54	-0,34
	... izboljšam svoje zdravstveno stanje.	116	3,51	1,04	1	5	-0,44	-0,40
	... spremenim svoj način razmišljanja.	116	3,43	1,03	1	5	-0,42	-0,30
	... rešim svoje probleme.	119	3,40	0,92	1	5	-0,37	-0,13
	... spremenim svoj način vedenja.	116	3,38	1,06	1	5	-0,32	-0,54
	... pridobim strokovni nasvet (npr. kaj pomenijo posamezni simptomi).	119	3,28	1,23	1	5	-0,27	-1,01
	... se kratkočasim.	119	2,98	1,27	1	5	-0,04	-0,98
... se zabavam.	117	2,95	1,14	1	5	-0,01	-0,51	
E - K	... se povežem z ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	119	3,87	0,98	1	5	-1,14	1,40
	... svoje mnenje izrazim med ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	118	3,78	1,12	1	5	-0,82	0,06
	... izmenjam mnenja z ostalimi uporabniki foruma.	117	3,63	1,14	1	5	-0,76	-0,08
IS - K	... drugim pomagam pri njihovem soočanju s težavami.	119	3,51	1,02	1	5	-0,53	-0,26
	... delim svoje izkušnje z drugimi.	119	3,51	1,14	1	5	-0,45	-0,63
	... prejmem čustveno podporo drugih.	119	3,51	0,99	1	5	-0,38	-0,55
	... sem vključen v skupino ljudi.	116	3,46	1,15	1	5	-0,44	-0,73
	... spoznam nove ljudi.	119	3,29	1,13	1	5	-0,37	-0,51
E-IN	... lahko drugim povem, kako se počutim.	117	3,44	1,23	1	5	-0,40	-0,73
	... izrazim svoje mnenje.	118	3,40	1,21	1	5	-0,46	-0,62
LEGENDA: IS-IN: Instrumentalno – individualni		E-K: Ekspresivno – kolektivni						
IS-K: Instrumentalno – kolektivni		E-IN: Ekspresivno – individualni						

Iz zgornje tabele lahko razberemo indikatorje, s katerimi smo merili posamezne dimenzije motivov za participacijo v spletnih podpornih skupinah. Razvidne so opisne statistike⁴, iz katerih razberemo, da sta med uporabniki foruma Nebojse.si najpogosteje prisotna motiva spoznavanje

⁴ n = število enot; μ = povprečje oz. aritmetična sredina; σ = standardni odklon; Min/Max = najmanjša/največja vrednost na lestvivi od 1 do 5; Asimetričnost = koeficient asimetrije, kjer vrednosti manjše od 0 označujejo asimetrijo v levo, vrednosti večje od 0 asimetrijo v desno, vrednost 0 pa označuje simetrično porazdelitev spremenljivke; Sploščenost = koeficient sploščenosti, kjer vrednosti manjše od 0 označujejo sploščeno porazdelitev, vrednosti večje od 0 koničastno porazdelitev, vrednosti 0 pa označuje, da se spremenljivka porazdeljuje normalno.

novih načinov za soočanje s težavami (3,99 na lestvici od 1 do 5) in povezovanje z ljudmi, ko so v podobni situaciji (3,87). Zelo pogosto sta prisotna tudi motiva izražanja mnenja med ljudmi, ki so v podobni situaciji (3,78) in pridobivanje specifičnih informacij (npr. stranski učinki zdravil) (3,74). Anketiranci so za uporabo foruma najredkeje motivirani z motivoma kratkočasnja (2,98) in iskanjem zabave (2,95).

Iz vrednosti koeficientov asimetrije in sploščenosti razberemo, da porazdelitev vrednosti najbolj odstopa pri indikatorju povezovanja z ljudmi, ki so v podobni situaciji. Koeficient asimetrije znaša -1,14 in nakazuje na asimetrično porazdelitev v levo; vrednost koeficienta sploščenosti 1,40 pa nakazuje na koničasto porazdelitev. Asimetrija in koničavost je razvidna tudi iz vrednosti standardnega odklona (0,98), ki nakazuje na majhno razpršenost odgovorov, ki ne odstopajo veliko od vrednosti aritmetične sredine. Na tej stopnji omenjenega indikatorja nismo izločili, smo ga pa vzeli v obzir kot potencialno problematičen indikator in bomo nanj pozorni pri nadaljnjih analizah. Koeficienti asimetrije in sploščenosti ostalih indikatorjev ne nakazujejo na preveliko asimetričnost porazdelitev.

Faktorska analiza z metodo glavnih osi, s katero smo preverjali dimenzije motivov za participacijo, je pokazala, da se posamezne dimenzije motivov zelo prekrivajo in da se teoretične dimenzije motivov ne skladajo v celoti z empiričnimi podatki, na katerih jih preverjamo. Zaradi prepletenosti dimenzij smo to v določeni meri tudi pričakovali, zaradi tega smo bili še bolj pozorni na upoštevanje načela vzajemne izključenosti in izčrpnosti.

Močno odstopata indikatorja zabave in kratkočasnja, saj njuni faktorski uteži kažeta na samostojno dimenzijo. Omenjena indikatorja smo iz nadaljnje analize izločili in postopek faktorske analize ponovili. Koeficient zanesljivosti pokaže zadovoljivo mero notranje konsistentnosti (0,84), a faktorske uteži ne kažejo na razdelitev motivov, ki jo predvideva teorija. Zaradi tega smo opravili faktorsko analizo in preverjanje kvalitete merskega inštrumenta za vsako dimenzijo posebej. Omenimo naj, da nam podatki niso omogočali izvedbe poševne rotacije, posledično poročamo o »navadnih« faktorskih utežeh.

Tabela 6.2: Rezultati faktorске analize indikatorjev instrumentalno – individualnih motivov.

Spletni forum uporabljam zato, da...	Faktorske uteži	Komunalitete
... spremenim svoj način vedenja.	0,76	0,58
... spremenim svoj način razmišljanja.	0,69	0,48
... izboljšam svoje zdravstveno stanje.	0,65	0,43
... spoznam nove načine za soočanje s težavami.	0,57	0,32
... pridobim specifične informacije (npr. stranski učinki zdravil).	0,53	0,28
... pridobim strokovni nasvet (npr. kaj pomenijo posamezni simptomi).	0,50	0,25
... rešim svoje probleme.	0,49	0,24
Lastna vrednost (λ)		3,17
Delež pojasnjene variance (%)		36,72
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,79

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje instrumentalno - individualnih motivov. Najprej naj omenimo, da smo indikator *... se počutim manj osamljenega* odstranili, saj je imel nizko komunaliteto (0,173) in je slabo vplival na odstotek skupno pojasnjene variance (-5 %). Iz vrednosti faktorških uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeval indikator *... spremenim svoj način vedenja* (0,76), kar nakazuje tudi vrednost komunalite (0,58). Glede na lastno vrednost (3,17) in delež pojasnjene variance lahko trdimo, da indikatorji instrumentalno - individualnih motivov merijo eno dimenzijo, z ustrežno notranjo konsistentnostjo (0,79).

Tabela 6.3: Rezultati faktorске analize indikatorjev instrumentalno – kolektivnih motivov.

Spletni forum uporabljam zato, da...	Faktorske uteži	Komunalitete
... drugim pomagam pri njihovem soočanju s težavami.	0,76	0,58
... delim svoje izkušnje z drugimi.	0,67	0,45
... prejmem čustveno podporo drugih.	0,54	0,30
... spoznam nove ljudi.	0,64	0,42
... sem vključen v skupino ljudi.	0,51	0,26
Lastna vrednost (λ)		2,57
Delež pojasnjene variance (%)		39,93
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,76

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje instrumentalno - kolektivnih motivov. Iz vrednosti faktorških uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeva indikator *... drugim pomagam pri njihovem soočanju s težavami* (0,76). To nakazuje tudi vrednosti komunalitete, ki znaša za ta indikator 0,58. Glede na lastno vrednost

(2,57) in delež pojasnjene variance (39,9 %) lahko trdimo, da indikatorji instrumentalno - kolektivnih motivov merijo eno dimenzijo, z ustrezno notranjo konsistentnostjo (0,76).

Tabela 6.4: Rezultati faktorске analize indikatorjev ekspresivno – kolektivnih motivov.

Spletni forum uporabljam zato, da....	Faktorske uteži	Komunalitete
... izmenjam mnenja z ostalimi uporabniki foruma.	0,77	0,60
... svoje mnenje izrazim med ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	0,92	0,84
... se povežem z ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	0,66	0,44
Lastna vrednost (λ)		2,22
Delež pojasnjene variance (%)		62,64
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,82

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje ekspresivno - kolektivnih motivov. Iz vrednosti faktorških uteži in komunalitet ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance (62,6 %) največ prispeva indikator *... izmenjam mnenja z ostalimi uporabniki foruma.* (0,77), kar nakazuje tudi vrednosti komunalitete (0,60). Glede na lastno vrednost (2,22) in delež pojasnjene variance (62,6 %) lahko trdimo, da indikatorji ekspresivno - kolektivnih motivov merijo eno dimenzijo, z ustrezno notranjo konsistentnostjo (0,82).

Tabela 6.5: Rezultati faktorске analize indikatorjev ekspresivno - individualnih motivov.

Spletni forum uporabljam zato, da....	Faktorske uteži	Komunalitete
... izrazim svoje mnenje.	0,85	0,72
... lahko drugim povem, kako se počutim.	0,85	0,72
Lastna vrednost (λ)		1,72
Delež pojasnjene variance (%)		71,55
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,84

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje ekspresivno - individualnih motivov. Iz vrednosti faktorških uteži in komunalitet ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance oba indikatorja prispevata enako. Glede na lastno vrednost (1,72) in delež pojasnjene variance (71,6 %) lahko trdimo, da indikatorja ekspresivno - individualnih motivov merita eno dimenzijo, z ustrezno notranjo konsistentnostjo (0,84).

Na osnovi rezultatov faktorске analize smo lahko iz posamičnih indikatorjev motivov za participacijo tvorili štiri sestavljene spremenljivke in jih uporabili v nadaljnjih analizah.

6.2 Podporno komuniciranje

Dimenzije in indikatorji podpornega komuniciranja so povzeti po Gooden in Winefield (2006). Prilagojeni in preoblikovani so za kontekst spletne podporne skupine Nebojse.si. Gre za 16 indikatorjev s 4-stopenjsko lestvico (nikoli – redko – včasih - pogosto), ki merijo zaznavo informacijskega in emocionalnega podpornega komuniciranja.

Tabela 6.6: Opisne statistike indikatorjev podpornega komuniciranja.

	V spletnem forumu (si) uporabniki...	n	μ	σ	Min	Max	Asimetr.	Splošč.
Informacijsko podporno komuniciranje	... skušajo najti informacije.	119	4,27	0,91	1	5	-1,32	1,72
	... med seboj pomagajo s svojimi izkušnjami.	119	4,17	0,91	2	5	-0,75	-0,50
	... med seboj pomagajo z nasveti.	119	4,17	0,88	2	5	-0,72	-0,41
	... delijo nasvete.	118	4,15	0,84	2	5	-0,65	-0,42
	... med seboj pomagajo na različne načine.	119	4,05	0,84	2	5	-0,62	-0,18
	... delijo svoje izkušnje.	119	4,04	0,85	2	5	-0,34	-0,94
	... z drugimi delijo svoja mnenja.	119	4,02	0,86	1	5	-0,76	0,51
	... delijo informacije.	118	3,95	0,84	1	5	-0,62	0,47
	... med seboj pomagajo s svojim znanjem.	119	3,77	0,96	2	5	-0,23	-0,94
Emocionalno podporno komuniciranje	... z drugimi delijo svoje težave.	119	3,90	1,00	1	5	-0,56	-0,53
	... med seboj spodbujajo.	119	3,88	1,03	2	5	-0,38	-1,08
	... izražajo sočutje.	119	3,75	1,02	2	5	-0,26	-1,07
	... medsebojno izkazujejo razumevanje.	119	3,71	1,07	1	5	-0,57	-0,43
	... pogovarjajo o svojih občutkih.	119	3,70	1,12	1	5	-0,53	-0,41
	... med seboj zaupajo svoje težave.	119	3,67	1,11	1	5	-0,35	-0,91
	... izražajo svoja čustva.	119	3,62	1,23	1	5	-0,47	-0,98

Iz zgornje tabele lahko razberemo indikatorje, s katerimi smo merili dimenziji podpornega komuniciranja. Razvidne so opisne statistike, iz katerih razberemo, da uporabniki na forumu Nebojse.si najpogosteje zaznavajo iskanje informacij (4,27), poleg tega pogosto zaznavajo, da si uporabniki med seboj pomagajo s svojimi izkušnjami (4,17) in nasveti (4,17). Najredkeje zaznavajo izražanje čustev (3,62) in medsebojno zaupanje težav (3,67). Iz vrednosti koeficientov asimetrije in sploščenosti razberemo, da porazdelitev vrednosti najbolj odstopa pri indikatorju iskanja informacij. Koeficient asimetrije znaša -1,32 in nakazuje na asimetrično porazdelitev v levo; vrednost koeficienta sploščenosti 1,72 pa nakazuje na izrazito koničasto porazdelitev. Na tej stopnji omenjenega indikatorja nismo izločili, smo pa ga vzeli v obzir kot potencialno problematični indikator in bomo nanj pozorni pri nadaljnjih analizah. Koeficienti asimetrije in

sploščenosti ostalih indikatorjev nakazujejo na posamična odstopanja: pri indikatorjih ... *med seboj spodbujajo* in ... *izražajo sočutje* gre z vrednostnima koeficienta sploščenosti -1,08 in -1,07 za sploščene porazdelitve.

Faktorska analiza, v katero smo vključili vse indikatorje podpornega komuniciranja, je pokazala jasno razmejitev med posameznima dimenzijama podpornega komuniciranja tudi na empiričnih podatkih, a z eno izjemo: indikator ... *med seboj pomagajo s svojim znanjem*, ki ga po teoriji uvrščamo med indikatorje informacijskega podpornega komuniciranja, je imel na dimenziji informacijskega podpornega komuniciranja vzorčno utež le 0,26, na dimenziji emocionalnega podpornega komuniciranja pa vzorčno utež 0,42. Koeficient zanesljivosti merskega inštrumenta pokaže zadovoljivo mero notranje konsistentnosti (0,94). Ker smo se želeli izogniti izločitvi izstopajočega indikatorja, smo njegovo ustreznost preverjali še s faktorsko analizo, v katero smo vključili le dejavnike informacijskega podpornega komuniciranja. Izkazalo se je, da se indikator dobro prilega, zato v nadaljevanju predstavljamo rezultate faktorske analize za vsako dimenzijo podpornega komuniciranja posebej.

Tabela 6.7: Rezultati faktorske analize indikatorjev informacijsko podpornega komuniciranja.

V spletnem forumu (si) uporabniki...	Faktorske uteži	Komunalitete
... z drugimi delijo svoja mnenja.	0,79	0,63
... delijo informacije.	0,78	0,36
... delijo svoje izkušnje.	0,76	0,58
... skušajo najti informacije.	0,73	0,41
... delijo nasvete.	0,69	0,53
... na različne načine.	0,63	0,43
... s svojim znanjem.	0,63	0,36
... s svojimi izkušnjami.	0,61	0,61
... z nasveti.	0,60	0,46
Lastna vrednost (λ)		4,87
Delež pojasnjene variance (%)		48,55
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,89

Iz zgornje tabele so razvidne faktorske uteži in komunalitete za indikatorje informacijskega podpornega komuniciranja. Iz vrednosti faktorskih uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeva indikator ... *z drugimi delijo svoja mnenja*. (0,79), kar nakazuje tudi vrednost komunalite (0,63). Glede na lastno vrednost (4,87) in delež pojasnjene variance (48,6

%) lahko trdimo, da indikatorji informacijsko podpornega komuniciranja merijo eno dimenzijo z ustrežno notranjo konsistentnostjo (0,89).

Tabela 6.8: Rezultati faktorске analize indikatorjev emocionalnega podpornega komuniciranja.

V spletnem forumu (si) uporabniki...	Faktorske uteži	Komunalitete
... se pogovarjajo o svojih občutkih	0,89	0,79
... izražajo sočutje.	0,85	0,72
... si medsebojno izkazujejo razumevanje.	0,84	0,70
... se med seboj spodbujajo.	0,83	0,69
... izražajo svoja čustva.	0,82	0,67
... si med seboj zaupajo svoje težave.	0,82	0,67
... z drugimi delijo svoje težave.	0,81	0,66
Lastna vrednost (λ)		5,19
Delež pojasnjene variance (%)		69,86
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,94

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje emocionalnega podpornega komuniciranja. Iz vrednosti faktorških uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeva indikator *... se pogovarjajo o svojih občutkih* (0,89), kar nakazuje tudi vrednost komunalite (0,79). Glede na lastno vrednost (5,19) in delež pojasnjene variance (69,9 %) lahko trdimo, da indikatorji informacijsko podpornega komuniciranja merijo eno dimenzijo z ustrežno notranjo konsistentnostjo (0,94).

Na osnovi teh rezultatov smo lahko iz posamičnih indikatorjev informacijskega in emocionalnega podpornega komuniciranja tvorili dve sestavljeni spremenljivki in ju uporabili v nadaljnjih analizah.

6.3 Individualno opolnomočenje in metodološki eksperiment

Pri vprašanju merjenja individualnega opolnomočenja smo se odločili za merjenje rezultatov opolnomočenja (in ne procesa opolnomočenja). Proces opolnomočenja je namreč časovno trajajoča dejavnost (Staples 1990, Hur 2006), zato je težje merljiv.

V okviru operacionalizacije pojma individualnega opolnomočenja smo pripravili in izvedli tudi metodološki eksperiment v zvezi z merjenjem učinkov rabe foruma Nebojse.si na individualno opolnomočenje. V literaturi so sicer že izdelani merski inštrumenti za merjenje opolnomočenja v

spletnih podpornih skupnostih (npr. Mo in Coulson 2010; van Uden-Kraan in drugi 2008), vendar smo se soočali z naslednjim razmislekom, ki je porajal določene dvome glede kvalitete merjenja tega pojma. Obstoječe raziskave uporabljajo naslednje tipe indikatorjev opolnomočenja:

»Učinkovito se znam spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.«

Ta indikator meri občutek učinkovitosti posameznika, pri čemer pa sama mera ne omogoča sklepanja o tem, da je visok občutek učinkovitosti posledica rabe foruma ali pa je to neka trajnejša posameznikova lastnost. V pojasnjevalni analizi se da ta problem sicer rešiti tako, da se uvede kontrolne spremenljivke, ki omogočajo izluščiti »suhi« vpliv uporabe foruma na samoučinkovitost, vendar je vedno lahko prisotna kritika, da v analizo niso bile zajete vse relevantne kontrolne spremenljivke. V okviru raziskave smo tako oblikovali še alternativni merski instrument (verzija B), ki je vseboval indikatorje naslednjega tipa:

»Zaradi uporabe foruma Nebojse.si se znam učinkoviteje spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.«

Na ta način lahko dejansko merimo posameznikovo oceno, v kolikšni meri je njegova/njena uporaba foruma prispevala k samoučinkovitosti. Tak način ima lahko tudi svoje slabosti, tako da smo v vprašalniku uporabili obe lestvici: za slučajni podvzorec 50 % anketirancev smo uporabili merski instrument verzije A, za drugi podvzorec pa merski instrument verzije B. Ena od slabosti verzije B je velika verjetnost, da bodo anketiranci indikatorje dojemali kot preveč zahtevne, saj način postavitve indikatorja zahteva veliko večjo mero miselnega napora kot v primeru indikatorja verzije A.

Cilj opisanega metodološkega eksperimenta s preoblikovanjem indikatorjev je izboljšati metodo anketiranja. S slučajno razporeditvijo želimo izboljšati veljavnosti dobljenih podatkov (Barabas in Jerit 2010, 227). Na vsebinski ravni je cilj preveriti, ali in kako se dobljeni rezultati različnih verzij vprašalnika med seboj razlikujejo.

Samospoštovanje

Za merjenje samospoštovanja smo uporabili Rosenbergovo (1965) lestvico samospoštovanja (ang. *Rosenberg Self-Esteem Scale*). Rosenbergova lestvica samospoštovanja je uveljavljen merski instrument, katerega zanesljivost so preverjali mnogi znanstveniki, vrednosti Cronbachove alfe pa potrjujejo njegovo kvaliteto. Cusatis in Shannon (1996) poročata o

vrednosti zanesljivosti 0,87, Glindermann, Geller in Fortnex (1999) pa o vrednosti zanesljivost 0,82. Veljavnost merskega inštrumenta se giblje med 0,72 in 0,87. Originalna 5-stopenjska Likertova lestvica (sploh ne drži – drži – niti niti – ne drži – popolnoma drži) je sestavljena iz 9 indikatorjev. Na podlagi pilotske raziskave, s katero smo preverjali primernost indikatorjev, smo se odločili za izločitev enega indikatorja. Merski inštrument je prilagojen in preoblikovan za kontekst spletne podporne skupine in (verzija B) preoblikovan tudi za merjenje učinkov uporabe foruma.

Samoučinkovitost

Za merjenje samoučinkovitosti smo uporabili slovensko verzijo lestvice samoučinkovitosti (ang. *General Self-Efficacy Scale*), avtorjev Jerusalema in Schwarzerja (1995). Gre za uveljavljen merski inštrument, katerega zanesljivost, ki se giblje med 0,76 in 0,90 so potrdili mnogi raziskovalci (npr. Luszczynska 2005). Veljavnost merskega inštrumenta se giblje okoli 0,87 (Leganger in drugi 2000; Schwarzer in drugi 1999). Originalna 5-stopenjska Likertova lestvica (sploh ne drži – drži – niti niti – ne drži – popolnoma drži) je sestavljena iz 10 indikatorjev. Na podlagi pilotske raziskave, s katero smo preverjali primernost indikatorjev, smo se odločili za izločitev treh indikatorjev. Merski inštrument je prilagojen in preoblikovan za kontekst spletne podporne skupine in (verzija B) preoblikovan tudi za merjenje učinkov uporabe foruma.

Sposobnost sprejemanja življenjskih odločitev

Za merjenje sposobnosti sprejemanja življenjskih odločitev smo uporabili lestvico sposobnosti sprejemanja odločitev (ang. *Decision Making Skills Scale*), avtorjev Hansen in drugi (1997). Originalna 5-stopenjska Likertova lestvica (sploh ne drži – drži – niti niti – ne drži – popolnoma drži) je sestavljena iz 4 indikatorjev. Merski inštrument je prilagojen in preoblikovan za kontekst spletne podporne skupine in (verzija B) preoblikovan tudi za merjenje učinkov uporabe foruma.

Tabela 6.9: Opisne statistike splošnega stanja individualnega opolnomočenja.

		n	μ	σ	Min	Max	Asimetr.	Splošč.
Odlučanje	Preden se dokončno odločim, vedno pretehtam različne možnosti.	66	4,15	0,83	2	5	-0,80	0,21
	Pri odločanju vedno razmislim o stvareh, ki bi se lahko zgodile kot posledice mojih odločitev.	66	3,98	0,85	2	5	-0,59	-0,12
	Vedno razmislim o vplivu, ki bi jih moje odločitve lahko imele na čustva drugih ljudi.	66	3,79	0,94	2	5	-0,37	-0,68
	Moje odločitve so skoraj vedno dobre.	66	2,83	0,94	1	5	-0,12	-0,06
Samospoštovanje	Želim si, da bi imel/a več samospoštovanja. (R)	66	4,03	1,0	1	5	-1,13	1,01
	Občasno se počutim nesposoben/na. (R)	66	3,76	1,0	1	5	0,7	0,2
	Pogosto mislim, da sem neuspešen/na. (R)	66	3,62	1,1	1	5	0,5	-0,4
	Vem, da sem enakovreden/na ostalim.	66	3,55	0,84	1	5	-0,38	0,35
	Sposoben/na sem početi stvari tako dobro, kot večina drugih ljudi.	66	3,44	0,99	1	5	-0,31	-0,28
	Imam veliko pozitivnih lastnosti.	66	3,30	1,12	1	5	-0,50	-0,60
	Mislim, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/na. (R)	66	3,00	1,0	1	5	0,0	-0,5
Imam dobro mnenje o sebi.	66	2,80	1,10	1	5	-0,17	-0,60	
Samoučinkovitost	Lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	66	3,70	0,82	1	5	-0,23	0,52
	Pri doseganju ciljev sem uspešen/a.	66	3,36	0,85	1	5	-0,33	-0,09
	Če sem v težavah, se zmeraj lahko spomnim kakšne rešitve.	66	3,30	0,93	1	5	0,07	-0,35
	Svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične) lahko rešujem.	66	3,14	0,96	1	5	-0,39	0,33
	Učinkovito se znam spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	66	2,86	1,09	1	5	-0,09	-0,52
	Ko se soočam s težavami, znam ostati miren/na.	66	2,70	1,10	1	5	0,06	-0,63

Legenda: (R) – spremenljivke bodo rekodirane (1- Popolnoma drži; 5 – Sploh ne drži)

Iz zgornje tabele lahko razberemo indikatorje, s katerimi smo merili splošne samoocene individualnega opolnomočenja. Razvidne so opisne statistike, iz katerih razberemo, da uporabniki foruma Nebojse.si najpogosteje poročajo o tem, da preden se dokončno odločijo, vedno pretehtajo različne možnosti (4,15) in da si želijo, da bi imeli več samospoštovanja (4,03). Najredkeje poročajo o tem, da znajo ostati mirni v času, ko se soočajo s težavami (2,70) in da imajo o sebi dobro mnenje (2,80). Iz vrednosti koeficientov asimetrije in sploščenosti razberemo, da porazdelitev vrednosti najbolj odstopa pri indikatorju *želim si, da bi imel več samospoštovanja*. Koeficient asimetrije znaša -1,13 in nakazuje na asimetrično porazdelitev v levo; vrednost koeficienta sploščenosti 1,01 pa nakazuje na koničasto porazdelitev, a omenjeni vrednosti nista pretirano problematični. Koeficienti asimetrije in sploščenosti ostalih indikatorjev nakazujejo na razmeroma normalno porazdeljene spremenljivke.

Faktorska analiza, v katero smo vključili vse indikatorje individualnega opolnomočenja, ki merijo splošne samoocene individualnega opolnomočenja, je pokazala na odstopanje treh indikatorjev sposobnosti odločanja (*pri odločanju vedno razmislim o stvareh, ki bi se lahko zgodile kot posledice mojih odločitev; vedno razmislim o vplivu, ki bi jih moje odločitve lahko imele na čustva drugih ljudi; preden se dokončno odločim, vedno pretehtam različne možnosti*). Koeficient zanesljivosti merskega inštrumenta sicer pokaže zadovoljivo mero notranje konsistentnosti (0,89), a so nizke vrednosti uteži (>0,4) in komunalitet (>0,2) zahtevale izločitve problematičnih indikatorjev. Spodaj posledično predstavljamo rezultate faktorске analize brez omenjenih indikatorjev.

Tabela 6.10: Rezultati faktorске analize indikatorjev splošnega stanja individualnega opolnomočenja.

	Faktorske uteži	Komunalitete
Imam dobro mnenje o sebi.	0,91	0,83
Imam veliko pozitivnih lastnosti.	0,82	0,67
Svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične) lahko rešujem.	0,75	0,56
Učinkovito se znam spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	0,71	0,51
Vem, da sem enakovreden/na ostalim.	0,71	0,50
Pogosto mislim, da sem neuspešen/na.	0,70	0,49
Ko se soočam s težavami, znam ostati miren/na.	0,64	0,41
Želim si, da bi imel/a več samospoštovanja.	0,60	0,36
Sposoben/na sem početi stvari tako dobro, kot večina drugih ljudi.	0,59	0,35
Občasno se počutim nesposoben/na.	0,59	0,34
Moje odločitve so skoraj vedno dobre.	0,56	0,31
Pri doseganju ciljev sem uspešen/a.	0,56	0,32
Mislim, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/na.	0,48	0,23
Lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	0,52	0,27
Lastna vrednost (λ)		6,67
Delež pojasnjene variance (%)		44,02
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,91

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje splošnih samoocen individualnega opolnomočenja. Iz vrednosti faktorških uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeva indikator *Imam dobro mnenje o sebi* (0,91), kar nakazuje tudi vrednosti komunalite (0,83). Glede na lastno vrednost (6,67) in delež pojasnjene variance (44 %) trdimo, da

indikatorji splošnih samoocen individualnega opolnomočenja merijo eno dimenzijo z ustrezno mero notranje konsistentnosti (0,91).

Tabela 6.11: Opisne statistike samoocene učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje.

	Zaradi uporabe spletnega foruma....	n	μ	σ	Min	Max	Asimetr.	Splošč.
Samospoštovanje	... sem spoznal/a, da sem enakovreden/a ostalim.	53	3,87	0,92	1	5	-,65	,51
	... bolj gradim na svojem samospoštovanju. (R)	52	3,81	0,97	1	5	-,67	,20
	... sem spoznal/a, da sem sposoben/a početi stvari tako dobro kot večina drugih ljudi.	53	3,45	0,99	1	5	-,42	-,02
	... opažam, da imam veliko pozitivnih lastnosti.	53	3,25	0,96	1	5	-,11	-,67
	... se počutim sposobnejši/a.	53	3,17	1,03	1	5	-,35	-,67
	... imam boljše mnenje o sebi.	52	3,06	1,07	1	5	-,51	-,52
	... opažam, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/a. (R)	53	2,45	0,99	1	4	,05	-1,01
... pogosteje mislim, da sem neuspešen/na. (R)	53	2,23	0,99	1	5	-,38	-,31	
Samoučinkovitost	... lahko v primeru težav poiščem več rešitev.	53	3,40	1,03	1	5	-,54	-,44
	... se znam učinkoviteje spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	53	3,30	1,03	1	5	-,10	-,42
	... lažje rešujem svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične).	53	3,23	0,99	1	5	-,48	-,27
	... lažje premagujem ovire pri doseganju ciljev.	53	3,13	0,98	1	5	-,15	-,63
	... lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	53	3,09	0,90	1	5	-,68	,37
... v primeru težav lažje ostanem miren/na.	53	2,98	1,05	1	5	-,17	-,45	
Odločanje	... pogosteje razmislim o posledicah mojih odločitev.	53	3,38	1,08	1	5	-,53	-,41
	... temeljiteje razmislim o vplivu mojih odločitev na čustva drugih ljudi.	53	3,17	1,05	1	5	-,46	-,51
	... sprejemam boljše odločitve.	53	2,94	1,20	1	5	-,23	-,84
	... večkrat pretehtam različne možnosti, preden se dokončno odločim.	53	2,98	0,97	1	5	-,09	-1,12

Legenda: (R) – spremenljivke bodo rekodirane (1- Popolnoma drži; 5 – Sploh ne drži)

Iz zgornje tabele lahko razberemo indikatorje, s katerimi smo merili samoocene učinkov uporabe foruma. Razvidne so opisne statistike, iz katerih razberemo, da so uporabniki foruma Nebojse.si najpogosteje spoznali, da so enakovredni ostalim (3,87) in da bolj gradijo na svojem samospoštovanju (3,87). Najredkeje poročajo o tem, da zaradi uporabe spletnega foruma pogosteje mislijo, da so neuspešni (2,23) in da opažajo, da nimajo veliko stvari, na katere bi bili lahko ponosni (2,43). Iz vrednosti koeficientov asimetrije in sploščenosti razberemo, da porazdelitev vrednosti najbolj odstopa pri indikatorju *... sem spoznal/a, da sem enakovreden/a ostalim*. Koeficient asimetrije znaša -0,65 in nakazuje na asimetrično porazdelitev v levo; vrednost koeficienta sploščenosti 0,51 nakazuje na koničasto porazdelitev, a omenjeni vrednosti nista pretirano problematični. Koeficienti asimetrije in sploščenosti ostalih indikatorjev nakazujejo na posamična odstopanja: pri indikatorju *... večkrat pretehtam različne možnosti*,

preden se dokončno odločim gre z vrednostjo koeficienta sploščenosti -1,12 za izrazito sploščenost porazdelitve, prav tako pri indikatorju ... opažam, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/a (vrednosti koeficienta sploščenosti -1,01).

Faktorska analiza, v katero smo vključili vse indikatorje individualnega opolnomočenja, ki merijo samoocene učinkov uporabe foruma, je pokazala predvidene razmejitev med posameznimi teoretskimi dimenzijami. Koeficient zanesljivosti merskega inštrumenta sicer pokaže zadovoljivo mero notranje konsistentnosti (0,88), a vzorčne uteži posameznih indikatorjev pokažejo na prepletanje indikatorjev različnih dimenzij.

S ciljem zmanjšanja števila raziskovalnih modelov (ki bi jih razčlenjena obravnavana odvisne spremenljivke zahtevala), smo stremeli k uporabi enodimenzionalne sestavljene odvisne spremenljivke individualnega opolnomočenja in uporabili naslednji postopek faktorske analize, s katerim smo preverjali enodimenzionalnost individualnega opolnomočenja. Ko smo izvedli faktorsko analizo z vnaprej določeno dimenzijo, je bila faktorska analiza sicer uspešna (a brez vzorčnih uteži), z dvema izjemama (*opažam, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/a* in *... pogosteje mislim, da sem neuspešen/na*). Vrednosti njunih (nizkih) komunalitet (0.009 in 0.023) in uteži (-0,095 in -0,152) močno odstopata od sprejemljivih, zaradi česar je njuna izločitev neizogibna. Spodaj predstavljamo rezultate faktorske analize brez omenjenih indikatorjev.

Tabela 6.12: Rezultati faktorске analize indikatorjev samoocene učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje.

Zaradi uporabe spletnega foruma....	Faktorske uteži	Komunalitete
... imam boljše mnenje o sebi.	0,75	0,57
... se počutim sposobnejši/a.	0,71	0,50
... v primeru težav, lažje ostanem miren/na.	0,68	0,47
... lažje rešujem svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične).	0,65	0,42
... lažje premagujem ovire pri doseganju ciljev.	0,64	0,41
... se znam učinkoviteje spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	0,64	0,41
... sprejemam boljše odločitve.	0,63	0,39
... večkrat pretehtam različne možnosti, preden se dokončno odločim.	0,62	0,39
... lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	0,61	0,37
... lahko v primeru težav, poiščem več rešitev.	0,60	0,36
... temeljiteje razmislim o vplivu mojih odločitev na čustva drugih ljudi.	0,59	0,35
... sem spoznal/a, da sem sposoben/a početi stvari tako dobro, kot večina drugih ljudi.	0,57	0,33
... bolj gradim na svojem samospoštovanju.	0,56	0,31
... pogosteje razmislim o posledicah mojih odločitev.	0,54	0,29
... sem spoznal/a, da sem enakovreden/a ostalim.	0,51	0,26
... opažam, da imam veliko pozitivnih lastnosti.	0,50	0,25
Lastna vrednost (λ)		6,68
Delež pojasnjene variance (%)		37,97
Mera notranje konsistentnosti (Cronbachov α)		0,91

Iz zgornje tabele so razvidne faktorске uteži in komunalitete za indikatorje samoocen učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Iz vrednosti faktorških uteži ugotovimo, da k deležu pojasnjene variance največ prispeva indikator ... *imam boljše mnenje o sebi* (0,75), kar nakazujeta tudi vrednosti komunalite (0,57). Glede na lastno vrednost (6,68) in delež pojasnjene variance (38,97 %) lahko sklepamo, da indikatorji samoocen učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje merijo eno dimenzijo, z ustrezno notranjo konsistentnostjo (0,91).

7 Analiza in rezultati

V analizi smo uporabljali osnovne univariatne in bivariatne statistike ter regresijsko analizo. Za analizo razlik povprečij po demografskih skupinah smo uporabili t-test oz. enosmerno analizo variance, kjer vrednosti statistične značilnosti testa, ki so enake ali manjše od 0,05 kažejo na statistično značilnost razlik med povprečji demografskih skupin. V primeru t-testa poročamo o

statistični značilnosti t-statistike, v primeru enosmerne analize variance pa o F-statistiki. Za analizo povezanosti, smo izračunali Pearsonov korelacijski koeficient (r), kjer podobno kot zgoraj, vrednost statistične značilnosti $p < 0,05$, kaže na statistično značilno povezanost analiziranih spremenljivk.

7.1 Demografska struktura vzorca in uporaba foruma

Predstavitev analiz in rezultatov pričenjamo s splošnimi značilnostmi uporabnikov foruma Nebojse.si.

Tabela 7.1: Demografska struktura anketirancev.

Spremenljivka	Kategorija	N	%
Spol	Ženski	81	68,1
	Moški	38	31,9
Starost	do 18	3	2,6
	19-24	29	25,2
	25-29	22	19,1
	30-34	21	18,3
	35-39	9	7,8
	40-44	9	7,8
	45-49	4	3,5
	50-54	3	2,6
	55-59	6	5,2
	60 in več	9	7,8
Zakonski stan	Poročen/na	22	20,2
	Zunajzakonska skupnost	21	19,3
	Imam partnerja/ko, a ne živim z njim/njo	16	14,7
	Samski/a	50	45,9
Poklicni status	Zaposleni	42	38,5
	Šolajoči	30	27,5
	Upokojenec	4	3,7
	Brezposelni	23	21,1
	Drugo	3	2,7
Izobrazba	Osnovnošolska izobrazba ali nižja	1	0,9
	Srednja poklicna ali strokovna izobrazba	33	30,3
	Srednja splošna izobrazba	30	27,5
	Višja ali visoka strokovna izobrazba	19	17,5
	Visoka univerzitetna izobrazba	17	15,6
	Magisterij, doktorat	9	8,2
Tip naselja	Podeželski kraj, vas	26	21,8
	Manjše mesto	15	12,6
	Obrobje velikega mesta	14	11,8
	Veliko mesto	64	53,8

V vzorcu je 119 uporabnikov foruma Nebojse.si. Med njimi je 81 žensk (68 %) in 38 moških (32 %). Glede na starostno strukturo je v vzorcu največ (ena četrtnina) anketirancev starostne skupine

19-24 let. Približno petina anketirancev je starih 25-29 let (19 %), prav tako skoraj petina v starosti 30-34 let (18 %). Povprečna starost anketirancev je 35 let, največ anketirancev pa je bilo starih 23 let (modus). Izobrazbena struktura vzorca nam kaže, da je več kot četrtina anketirancev (28 %) doseglo srednjo splošno izobrazbo. Srednjo strokovno izobrazbo ima 17 %, visokošolsko univerzitetno izobrazbo pa 16 % anketirancev. Po zaposlitvenem statusu je v vzorec zajetih več kot tretjina zaposlenih oseb (39 %). Več kot ena četrtina je šolajočih (28 %). Omenimo naj, da je v vzorcu skoraj ena petina brezposelnih oseb (21 %). Glede na zakonski stan je v vzorcu največ samskih oseb (42 %), poročenih je ena petina. Podoben delež jih živi v zunajzakonski skupnosti (19 %), 15 % pa jih ima parterja/ko, a z njim/njo ne živi. Največ anketirancev stanuje v največjih mestih – Ljubljani ali Mariboru (42 %). Kar ena petina jih biva na podeželju ali v vasi.

V vprašalnik smo vključili tudi indikatorje, s katerimi smo merili intenzivnost in dolžino uporabe foruma, v okviru regresijske analize pa so nam te služile kot kontrolne spremenljivke.

Tabela 7.2: Uporaba foruma.

Spremenljivka	Kategorija	N	%
Dolžina uporabe	En mesec ali manj	15	12,6
	Manj kot pol leta	23	19,3
	Med pol leta in enim letom	15	12,6
	Med enim letom in tremi leti	31	26,1
	Tri leta ali več	35	29,4
Pogostost uporabe	Vsaj enkrat na dan	30	25,2
	Nekajkrat tedensko	38	31,9
	Enkrat tedensko	9	7,6
	Nekajkrat mesečno	24	20,2
	Enkrat mesečno	10	8,4
	Redkeje	8	6,7
Že objavil/a sporočilo	Da	78	65,5
	Ne	41	34,5

Pregled indikatorjev pokaže, da je skoraj tretjina anketirancev (29 %) uporabnikov foruma že tri leta ali več. Četrtina jih forum uporablja več kot eno, a manj kot tri leta. Po intenzivnosti uporabe foruma jih skoraj tretjina (32 %) forum uporablja nekajkrat tedensko. Četrtina anketirancev je zelo aktivnih, saj forum uporabljajo vsaj enkrat na dan. Dve tretjini anketirancev je na forumu že objavilo kakšno sporočilo ali komentar, medtem ko je dobra tretjina (35 %) t.im. »lurkerjev«⁵.

⁵ Izraz »lurker« označuje pasivne uporabnike, ki v spletni skupnosti, ki jih pripadajo, ne objavljajo sporočil ali komentarjev. Slovenska ustreznica besede lurker je po Oblakovi (2004, 83) pasivni gledalec ali opazovalec.

Sociodemografska struktura vzorca ustreza ugotovitvam mednarodnih raziskav, ki kažejo, da spletne podporne skupine uporabljajo predvsem ženske, osebe srednjih let in osebe z višjo izobrazbo (Couslon in Malik 2012).

7.2 Predstavitev sestavljenih spremenljivk

Po opravljeni analizi kvalitete merskih inštrumentov smo oblikovali indekse oz. sestavljene spremenljivke. To pomeni, da smo posamične indikatorje po računskem postopku združili v eno samo spremenljivko, ki smo jo nato uporabljali v nadaljnjih analizah, njihove opisne statistike pa so predstavljene v naslednjih treh tabelah.

Tabela 7.3: Opisne statistike sestavljenih spremenljivk motivov za participacijo.

	N	M	σ	Min	Max	Asimetričnost	Sploščenost
Ekspresivno - kolektivni	117	3,77	0,97	1	5	-0,80	0,43
Instrumentalno - individualni	112	3,54	0,78	2	5	-0,12	-0,35
Instrumentalno - kolektivni	116	3,46	0,82	1	5	-0,05	0,00
Ekspresivno - individualni	117	3,33	1,07	1	5	-0,49	0,04

Iz zgornje tabele so razvidne opisne statistike sestavljenih spremenljivk motivov za participacijo, iz katerih razberemo, da gre za spremenljivke z razmeroma normalno porazdelitvijo. Na vsebinski ravni razberemo, da so uporabniki foruma Nebojse.si najpogosteje motivirani z ekspresivno – kolektivnimi motivi (aritmetična sredina je 3,77 na lestvici od 1 do 5; $p < 0,001$), med katere uvrščamo npr. medsebojne interakcije in izmenjavo socialne opore. Najredkeje so uporabniki motivirani z ekspresivno - individualnimi motivi (3,33; $p < 0,001$), med katere uvrščamo izražanje občutkov ter žalovanje.

Ob predstavitvi motivov za participacijo in analize, ki smo jo opravili, moramo poudariti, da so ti velikokrat prepletajoči in da posameznik lahko sočasno poseduje različne tipe motivov, kar je razvidno tudi iz rezultatov.

Tabela 7.4: Opisne statistike sestavljenih spremenljivk podpornega komuniciranja.

	N	M	σ	Min	Max	Asimetričnost	Sploščenost
Informacijsko pod. komuniciranje	117	4,09	0,78	2	5	0,63	-0,58
Emocionalno pod. komuniciranje	119	3,75	0,82	1	5	0,93	-0,12

Iz zgornje tabele so razvidne opisne statistike sestavljenih spremenljivk podpornega komuniciranja, iz katerih razberemo, da gre za spremenljivke z razmeroma normalno porazdelitvijo. Na vsebinski ravni razberemo, da uporabniki na forumu Nebojse.si pogosteje zaznavajo informacijsko podporno komuniciranje (4,09) kot emocionalno podporno komuniciranje (3,75) ($p < 0,001$). Z drugimi besedami to pomeni, da zaznavajo nekoliko večjo stopnjo podpore, ki temelji na informacijah in nasvetih kot podpore, ki temelji na medsebojnem zaupanju in sočutju.

Čeprav sta dimenziji podpornega komuniciranja med seboj močno povezani ($r = 0,731$; $p < 0,001$), smo pri analizi povezanosti z individualnem opolnomočenjem zasledili opazne statistično značilne razlike. Izkáže se, da je emocionalno podporno komuniciranje močnejše povezano ($r(M1) = 0,455$; $p < 0,001$; $r(M2) = 0,465$; $p = 0,001$) z obema verzijama individualnega opolnomočenja kot informacijsko podporno komuniciranje ($r(M1) = 0,232$; $p = 0,06$; $r(M2) = 0,398$; $p = 0,004$).

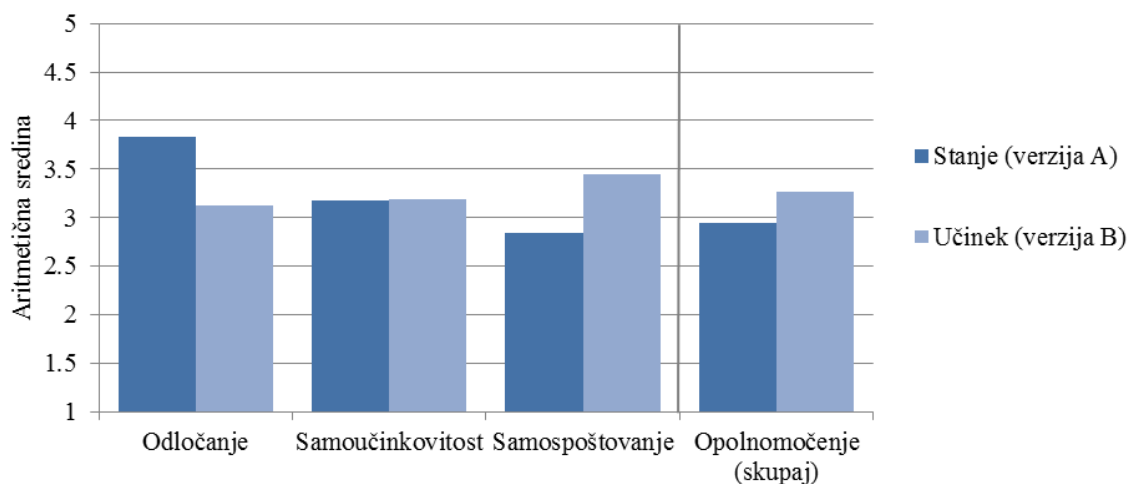
Tabela 7.5: Opisne statistike sestavljenih spremenljivk individualnega opolnomočenja.

		N	M	σ	Min	Max	Asimetričnost	Sploščenost
Stanje (verzija A)	Odločanje	66	3,83	0,58	2	5	-0,12	-0,06
	Samoučinkovitost	66	3,18	0,58	1	5	0,23	-0,21
	Samospoštovanje	66	2,84	0,58	1	5	0,31	0,29
	Opolnomočenje	66	2,95	0,58	1	5	0,15	0,98
Učinek (verzija B)	Odločanje	51	3,12	0,64	1	5	-0,44	0,54
	Samoučinkovitost	53	3,19	0,64	1	5	-0,15	-0,24
	Samospoštovanje	53	3,44	0,66	1	5	-0,13	-0,49
	Opolnomočenje	51	3,26	0,66	1	5	-0,13	0,07

Iz zgornje tabele so razvidne opisne statistike sestavljenih spremenljivk individualnega opolnomočenja. Iz njih razberemo, da gre za spremenljivke z razmeroma normalno porazdelitvijo. Na vsebinski ravni za splošno stanje individualnega opolnomočenja razberemo, da uporabniki foruma Nebojse.si med posameznimi dimenzijami individualnega opolnomočenja zaznavajo najvišjo sposobnost sprejemanja odločitev (3,83) in najnižje samospoštovanje (2,84). Na drugi strani pa lahko za samooceno učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje rečemo ravno nasprotno: uporabniki foruma Nebojse.si med posameznimi dimenzijami individualnega opolnomočenja zaznavajo največjo spremembo na ravni samospoštovanja (3,44),

najnižjo pa na ravni sposobnosti odločanja (3,12). Razberemo tudi opazno razliko med stopnjo individualnega opolnomočenja in oceno učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Anketiranci namreč poročajo o nekoliko nižjem stanju individualnega opolnomočenja (2,95) in o višji stopnji učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje (3,26).

Slika 7.1: Primerjava ocen stanja (n=66) in ocen učinkov uporabe foruma (n=51).



Vključili smo tudi grafično predstavitev, kjer ob primerjavi aritmetičnih sredin posameznih in združenih dimenzij lahko opazujemo spremembe med ocenami splošnega stanja uporabnikov in njihovimi ocenami učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Trdimo lahko, da je stanje individualnega opolnomočenja uporabnikov foruma Nebojse.si relativno nizka (2,95), da pa poročajo o pozitivnih učinkih uporabe foruma na individualno opolnomočenje (3,26). Nadaljnja primerjava med verzijami A (ocena stanja) in B (učinkom uporabe) razkrije, da uporabniki poročajo o pozitivnih spremembah predvsem na ravni samospoštovanja. Pri tem je zanimivo, da anketiranci poročajo o dokaj nizki ravni stanja samospoštovanja (2,84), medtem ko ocenjujejo, da je njihova raba foruma pomembno prispevala k njihovem povečanju samospoštovanja (3,44). V primeru srednje visoke vrednosti ocene o stanju samoučinkovitosti (3,18) anketiranci poročajo o le nekolikošnjem povečanju samoučinkovitosti kot posledice uporabe foruma Nebojse.si (3,19). Pri sposobnosti sprejemanja odločitev opazimo, da anketiranci poročajo o opazno nižji stopnji sposobnosti odločanja kot posledici uporabe foruma, kar pomeni, da uporaba ne vpliva na povečanje te sposobnosti (eden od razlogov je predvsem razmeroma visoka stopnja stanja sposobnosti odločanja, ki je razvidna iz rezultatov verzije A). Vse tri

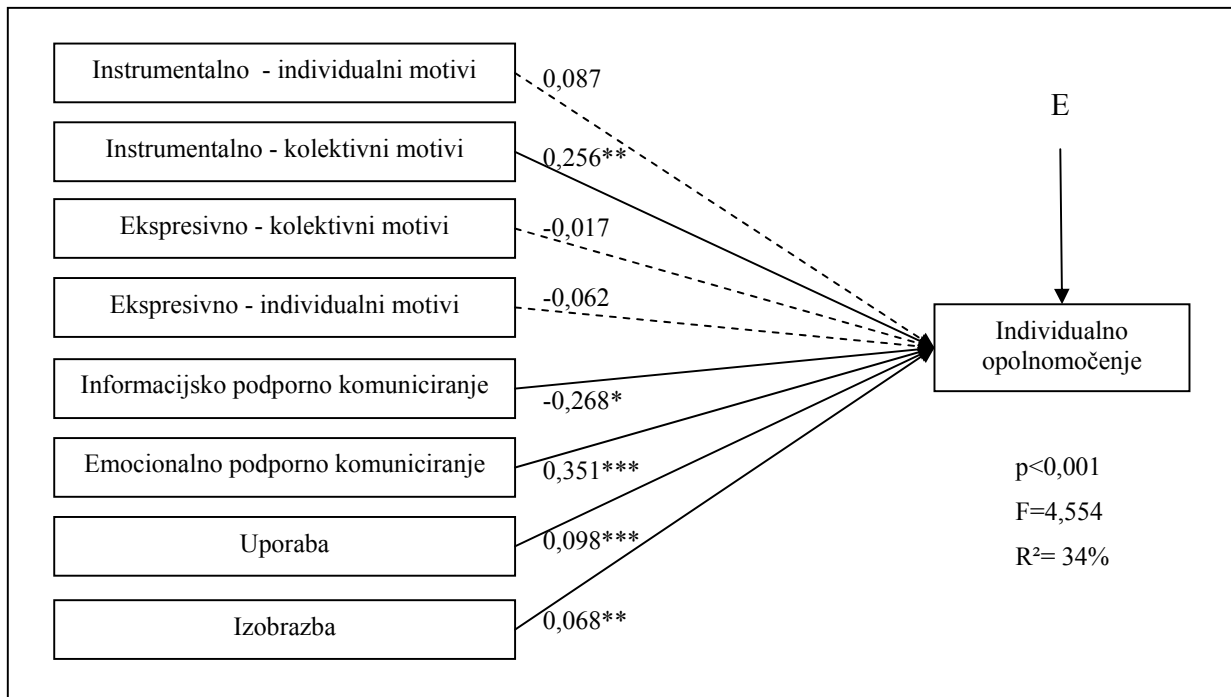
dimenzije so med seboj srednje močno oz. močno statistično značilno povezane, analiza povezanosti pa pokaže tudi, da sta z individualnim opolnomočenjem (verzija A) najmočneje povezana samoučinkovitost ($r=0,865$; $p<0,001$) in samospoštovanje ($r=0,861$; $p<0,001$). Pri samooceni učinka rabe foruma na individualno opolnomočenje pa je z njim najmočneje povezana samoučinkovitost ($r=0,907$; $p<0,001$).

7.3 Preverjanje hipotez

Pred izvedbo linearne regresije smo preverili specifične zahteve analize in predpostavke multikolinearnosti⁶ ter pripravili regresijski model. V skladu z metodološkim eksperimentom, ki smo ga predstavili pri operacionalizaciji individualnega opolnomočenja, smo pripravili dva modela: Model A, v katerem preverjamo splošno oceno stanja individualnega opolnomočenja (verzija A) ter model B, v katerem preverjamo samooceno učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje (verzija B). V oba modela smo vključili dve kontrolni spremenljivki in izobrazbo ter pogostost uporabe foruma. Omenimo naj še, da smo pri regresijskih modelih sledili naslednjim mejam statistične značilnosti: (*) $p<0,1$; (**) $0,01<p<0,05$; (***) $p<0,01$.

⁶ Multikolinearnost smo preverili za oba modela in indikatorji nakazujejo na precej podobno zadevo. Rezultati F testa in t-testa se ne ujemajo popolnoma, kar kaže na višjo stopnjo multikolinearnost; skupna značilnost modela pri F-testu je zelo značilna, dočim t-testi za nekatere regresijske koeficiente so precej neznačilni. Ostali indikatorji multikolinearnosti so bolj optimistični in ne govorijo o visoki stopnji multikolinearnosti: Tolerance so srednje velike (od 0,2 do 0,8); korelacije med ocenami regresijskih koeficientov niso večje od 0,9 (nobena korelacija ni večja od 0,6); indeks pogojnosti je le pri eni neodvisni spremenljivki nad 30 (vrednosti 32); najmanjša lastna vrednost ni skoraj 0.

Slika 7.2: Model A - splošna ocena stanja individualnega opolnomočenja.



Preden se posvetimo vplivu vključenih spremenljivk na individualno opolnomočenje, najprej interpretirajmo rezultate, ki se nanašajo na celotni model. Na podlagi statistične značilnosti F statistike sklepamo, da se model statistično značilno prilega podatkom. Z obravnavanimi neodvisnimi spremenljivkami in vključenima kontrolnima spremenljivkama uspemo pojasniti 34 % variabilnost odvisne spremenljivke. Preostalih 66 % pojasnjujejo ostali vplivi, ki so na zgornji sliki označeni z E. Čeprav model vključuje razmeroma veliko število spremenljivk, je pojasnjevalna vrednost modela za raziskovanje družboslovne tematike vseeno zelo visoka.

Če primerjamo moč vpliva posameznih neodvisnih spremenljivk, vidimo, da na individualno opolnomočenje najmočnejše tj. močno⁷, vpliva spremenljivka emocionalno podporno komuniciranje (Beta=0,533, sig=0,006). Smer vpliva je pozitivna, kar pomeni, da zaznava emocionalnega podpornega komuniciranja vpliva na povečanje individualnega opolnomočenja. Na individualno opolnomočenje prav tako vplivajo instrumentalno – kolektivni motivi (Beta=0,359, sig=0,051). Gre za srednje močen pozitiven vpliv, kar pomeni, da tisti, ki v spletni podporni skupini participirajo s prevladujočimi instrumentalno – kolektivnimi motivi, poročajo o

⁷ Kriterij stopnje vpliva, ki ga v nalogi uporabljamo, je naslednji: 0,1 – 0,2 = nizek; 0,2 – 0,4 = srednje močni; 0,4 – 0,6 = močni in večje od 0,6 = zelo močan vpliv.

višji stopnji individualnega opolnomočenja. V obeh primerih gre za statistično značilne trditve, ki jih lahko posplošimo na vse uporabnike foruma Nebojse.si.

Iz rezultatov multiple regresijske analize lahko razberemo tudi, da imata na individualno opolnomočenje opazen vpliv tudi kontrolni spremenljivki. Tako pogostost uporabe foruma ($Beta=0,250$, $sig=0,044$) kot najvišja dosežena izobrazba ($Beta=0,270$, $sig=0,034$) imata pozitiven in srednje močen vpliv na individualno opolnomočenje. To pomeni, da tisti, ki forum uporabljajo redkeje⁸ in tisti, ki imajo višjo doseženo izobrazbo, poročajo o višji stopnji individualnega opolnomočenja.

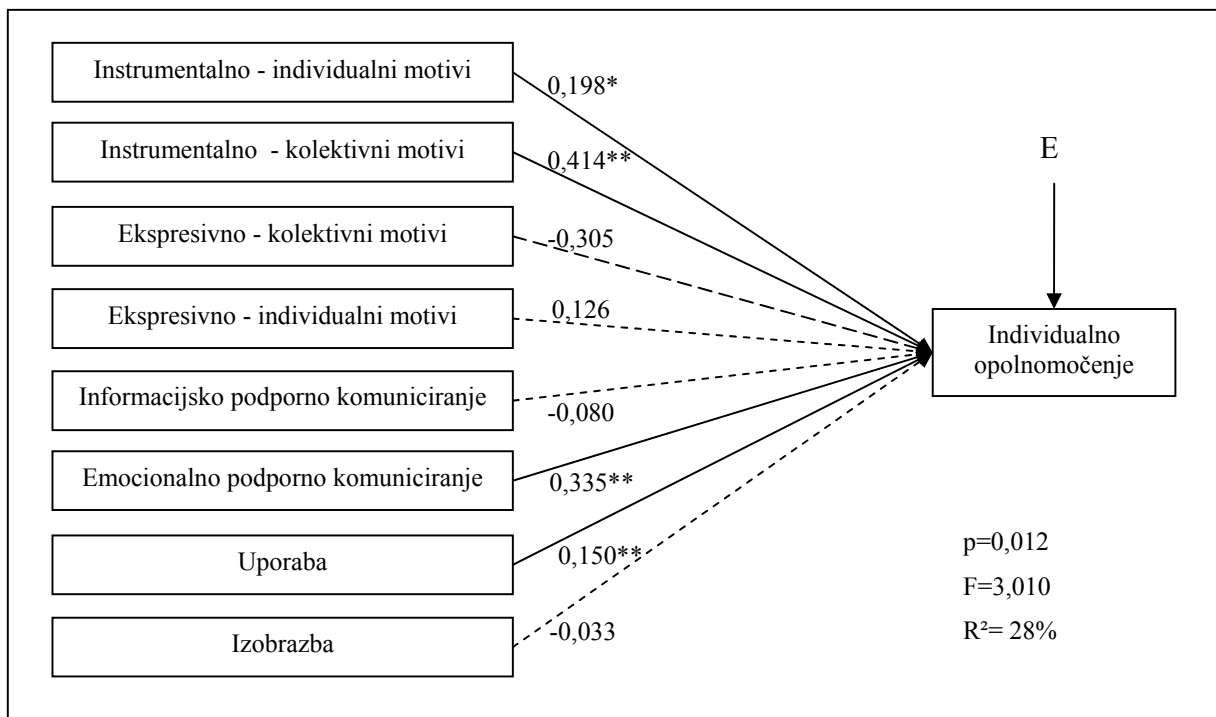
Rezultat informacijsko podpornega komuniciranja ($B=-0,260$, $sig=0,171$) sicer nakazuje negativen vpliv zaznave informacijsko podpornega komuniciranja na individualno opolnomočenje, a zaradi statistične neznačilnosti te trditve ne moremo posplošiti na vse uporabnike foruma Nebojse.si.

Pri instrumentalno – individualnih, ekspresivno – kolektivnih in ekspresivno - individualnih motivih gre za vplive z nizko in nestatistično značilno stopnjo vpliva.

Iz rezultatov regresijske analize modela A torej lahko sklepamo, da posamezniki, ki na forumu zaznavajo več emocionalnega podpornega komuniciranja ter tisti, ki forum uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno - kolektivnimi motivi, poročajo o višji stopnji individualnega opolnomočenja. Prav tako poročajo o višji stopnji individualnega opolnomočenja tisti, ki forum uporabljajo redkeje in ki so dosegli višjo stopnjo izobrazbe.

⁸ Pogostost uporabe ima obrnjeno lestvico – od bolj pogoste uporabe k redki uporabi.

Slika 7.3: Model B - samoocena učinkov uporabe foruma na individualno opolnomočenje.



Na podlagi statistične značilnosti F statistike sklepamo, da je model B na meji statistične značilnosti in da pri trditvi, da neodvisne spremenljivke vplivajo na individualno opolnomočenje, sprejmemo 1,2 % tveganje. Podatki se torej v tem primeru nekoliko slabše prilegajo modelu kot v primeru modela A. Z obravnavanimi neodvisnimi spremenljivkami in vključenimi kontrolnimi spremenljivkami, uspemo pojasniti 28 % variabilnost odvisne spremenljivke. Preostalih 72 % pojasnjujejo ostali (ne vključeni) vplivi, ki so na sliki označeni z E.

Tudi pri modelu B primerjava moči vpliva posameznih neodvisnih spremenljivk pokaže, da na samooceno učinkov uporabe foruma najmočneje tj. močno, vpliva spremenljivka instrumentalno – kolektivni motivi (Beta=0,513, sig=0,014). Smer vpliva je pozitivna, kar pomeni, da uporabniki, ki forum uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno – kolektivnimi motivi, pogosteje poročajo o pozitivnih ocenah učinkov rabe foruma na individualno opolnomočenje. Iz slike razberemo, da na samooceno učinkov rabe foruma prav tako vplivajo naslednje spremenljivke:

- Emocionalno podporno komuniciranje (Beta=0,494, sig=0,015) pozitivno in srednje močno vpliva, kar pomeni da tisti, ki na forumu zaznavajo večjo prisotnost

emocionalnega podpornega komuniciranja, poročajo tudi o večjih pozitivnih učinkih rabe foruma na njihovo individualno opolnomočenje;

- Instrumentalno – individualni motivi ($Beta=0,248$, $sig=0,099$) pozitivno in srednje močno vplivajo, kar pomeni da tisti, ki forum uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno - individualnimi motivi, poročajo o večjih pozitivnih učinkih rabe foruma na individualno opolnomočenje;

Podobno kot pri modelu A, lahko tudi za model B trdimo, da ima na individualno opolnomočenje opazen vpliv kontrolna spremenljivka pogostost uporabe foruma. Ta namreč negativno⁹ in srednje močno ($Beta=0,395$, $sig=0,019$) vpliva, kar pomeni, da uporabniki, ki redkeje uporabljajo forum, pogosteje poročajo o pozitivnih učinkih rabe foruma na njihovo individualno opolnomočenje.

Rezultat ocenjenega parametra Beta za ekspresivno – kolektivne motive ($Beta=-0,412$) nakazuje srednje močan negativen vpliv, ki naj bi jih imeli ti motivi na individualno opolnomočenje, a te trditve ne moremo posplošiti na vse uporabnike foruma, saj je statistična značilnost prevelika ($sig=0,128$). Podobno lahko razberemo iz rezultatov za ekspresivno – individualne motive in informacijsko podporno komuniciranje, kjer gre za šibke in/ali nične vplive.

Na podlagi rezultatov regresijske analize modela B lahko torej trdimo, da posamezniki, ki forum uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno – kolektivnimi in instrumentalno – individualnimi motivi ter tisti, ki na forumu zaznavajo več emocionalnega podpornega komuniciranja, pogosteje poročajo o pozitivnih vplivih rabe foruma na individualno opolnomočenje. Prav tako o pozitivnih vplivih rabe foruma poročajo tisti uporabniki, ki forum uporabljajo redkeje.

⁹ Pogostost uporabe ima obrnjeno lestvico – od bolj pogoste uporabe k redki uporabi.

Tabela 7.6: Primerjava rezultatov regresijskega modela A in modela B.

		Splošno stanje ind. opol. (model A)	Samoocena učinka uporabe foruma na ind. opol. (model B)
H1a	Informacijsko podporno komuniciranje	-0,260	-0,077
H1b	Emocionalno podporno komuniciranje	0,533***	0,494**
H2a	Instrumentalno – kolektivni motivi	0,359**	0,513**
H2b	Instrumentalno – individualni motivi	0,112	0,248*
H2c	Ekspresivno – kolektivni motivi	-0,030	-0,412
H2d	Ekspresivno – individualni motivi	-0,118	0,182
	Uporaba	0,250**	0,395**
	Izobrazba	0,270**	-0,097
	F	4,55	3,01
	p	<0,001	0,012
	R ²	34 %	28 %

Po opravljeni regresijski analizi in pregledu rezultatov, ki so razvidni iz zgornje tabele, lahko preverimo postavljene hipoteze. Za model A lahko statistično značilno potrdimo hipoteze H1b in H2a, zavrnemo pa H1a. Za model B lahko statistično značilno potrdimo hipoteze H1b, H2a in H2b. Preostali rezultati niso statistično značilni pri sprejemljivi stopnji tveganja, zato jih zaradi možnosti, da gre za naključne vplive, ne navajamo.

Tabela 7.7: Preverjanje hipotez za model A in model B.

Hipoteza	Splošno stanje ind. opoln. (model A)	Samoocena učinka uporabe foruma in ind. opol. (model B)
H1a	(-)	(-)
H1b	Potrdimo (***)	Potrdimo (**)
H2a	Potrdimo (**)	Potrdimo (**)
H2b	(-)	Potrdimo (*)
H2c	(-)	(-)
H2d	(-)	(-)
Legenda: (-) rezultati niso statistično značilni pri sprejemljivi stopnji tveganja		

7.4 Razprava

Primerjava rezultatov modela A in modela B je v enem delu pokazala na zelo veliko podobnost, v drugem pa na medsebojne razlike, ki smo jih z metodološkim eksperimentom tudi želeli raziskati. Statistična značilnost regresijskega modela je nekoliko višja pri modelu A ($p(mA) < 0,001$; $p(mB) = 0,012$), prav tako je pojasnjevalna moč odvisne spremenljivke pri modelu A nekoliko višja kot pri modelu B ($R^2(mA) = 34\%$; $R^2(mB) = 28\%$), kar kaže na določeno prednost modela A. Primerjava rezultatov modelov je tako pokazala na opazno razliko med tem, ali pojanjujemo splošno stanje individualnega opolnomočenja ali pa subjektivno oceno učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Določene razlike med modeloma se kažejo tudi v moči vpliva posameznih neodvisnih spremenljivk na individualno opolnomočenje.

Najpomembnejše se nam zdijo ugotovitve glede vloge podpornega komuniciranja. Vpliv emocionalnega podpornega komuniciranja se je pri obeh modelih izkazal kot izjemno pomemben, pravzaprav ključen za povečanje individualnega opolnomočenja. Zaznava emocionalnega podpornega komuniciranja namreč srednje močno in pozitivno vpliva na individualno opolnomočenje. Za emocionalno podporno komuniciranje lahko tako v primeru obeh modelov pritrdimo raziskovalcem, ki poročajo o pozitivnem vplivu emocionalnega podpornega komuniciranja na individualno opolnomočenje (npr. Katz 1993, Preece 1998).

Kot omenjeno v teoretskem delu naloge, smo se za preučevanje razčlenjenega podpornega komuniciranja (emocionalnega in informacijskega) odločili tudi zaradi različnih rezultatov že opravljenih raziskav. Kot sta trdila Knapp in Daly (2002), lahko tudi mi trdimo, da pri tem izstopa predvsem informacijsko podporno komuniciranje, katerega rezultati so manj konsistentni. Vsekakor lahko med bolj presenetljive ugotovitve vključimo vpliv informacijskega podpornega komuniciranja. Ocenjen parameter Beta ($Beta(mA) = -0,260$; $Beta(mB) = -0,077$) nakazuje negativen vpliv, ki pa ga zaradi statistične neznačilnosti ne moremo posplošiti na vse uporabnike foruma Nebojse.si. Vseeno pa se strinjamo z raziskovalci, ki trdijo, da ima informacijsko podporno komuniciranje pri soočanju s težavami negativne vplive, ki naj bi nastajali zaradi nekredibilnih in zavajajočih informacij. Če postavimo potrjevanje ali zavračanje hipotez na stran, lahko trdimo, da nam je uspelo utemeljiti ustreznost razčlenjenega preučevanja podpornega komuniciranja, saj glede na rezultate emocionalno in informacijsko podporno komuniciranje precej drugače vplivata na individualno opolnomočenje. Vsekakor se lahko strinjamo s Preecevo

(1998), ki trdi, da ima sprejemanje in dajanje splošnih informacij v spletnih podpornih skupinah sekundarno vlogo in da je veliko pomembnejša komunikacija, ki vključuje elemente empatije in emocionalne opore, torej emocionalno podporno komuniciranje.

Vplivi motivov za participacijo se v analizah pokažejo kot zelo raznoliki. Z obema modeloma regresijske analize nam je uspelo potrditi hipotezo o pozitivnem vplivu instrumentalno – kolektivnih motivov na individualno opolnomočenje. V primeru modela B lahko za motive instrumentalno – kolektivne narave (kot so npr. iskanje družbene podpore, vključenosti, izmenjava nasvetov, mnenj in izkušenj), celo trdimo, da gre za najmočnejši faktor, ki povečuje posameznikovo individualno opolnomočenje. Ocenjena vrednost koeficienta Beta ($Beta=0,513$, $p=0,014$) namreč predstavlja močen pozitiven vpliv na samooceno učinka uporabe foruma in individualno opolnomočenje. Naši rezultati tako pritrjujejo raziskovalcem, ki trdijo, da se delovanje za skupno dobro izrazi pozitivno tudi na ravni individuuma in njegovega individualnega opolnomočenja (npr. Davidson in drugi 1999; Cooper in drugi 2004). Pritrdimo pa lahko tudi raziskovalcem, ki so poročali o pomembnosti izmenjave in deljenja informacij v spletnih podpornih skupinah (npr. Tanis 2008; van Uden-Kraan in drugi 2009).

Presenetili so nas rezultati motivov ekspresivno - kolektivne narave, katerih teoretsko utemeljenega pozitivnega vpliva nam z našimi podatki ni uspelo potrditi. Pri modelu B ocenjena vrednost koeficienta Beta sicer kaže na srednje močen negativen vpliv ($Beta=-0,412$), ki pa ga zaradi statistične neznačilnosti ($p=0,128$) ne moremo posplošiti na vse uporabnike foruma. Pri modelu A prav tako zaradi nizke vrednosti ocenjenega parametra Beta ($Beta=-0,030$) ne moremo govoriti o vplivu ekspresivno – kolektivnih motivov na individualno opolnomočenje. To nas je zelo presenetilo, saj smo za omenjeno kategorijo motivov v teoriji našli prepričljivo argumentacijo postavljene hipoteze. Po nadaljnjem razmisleku o negativnem vplivu ekspresivno – kolektivnih motivov bi si to lahko razlagali z določeno statističnostjo, ki je značilna za ta tip motivov. S tem mislimo predvsem na odsotnost želje po spremembi, ki bi »usmerjala« uporabo spletne podporne skupine in posameznika spodbujala k bolj ciljni uporabi foruma, npr. k pisanju o svojih problemih in zastavljanju vprašanj. Iz analize povezanosti med motivi za participacijo in aktivnostjo uporabe foruma smo ugotovili tudi, da so omenjeni motivi pozitivno povezani s pogostostjo in aktivnostjo uporabe foruma, za kateri smo sicer ugotovili, da negativno vplivata na individualno opolnomočenje. Obstaja torej možnost, da gre pri ekspresivno – kolektivnih motivih

za posreden vpliv na individualno opolnomočenje preko spremenljivke pogostost uporabe, ki na individualno opolnomočenje vpliva negativno.

Hipotezo o pozitivnem vplivu motivov instrumentalno - individualne narave na individualno opolnomočenje lahko potrdimo za model B. Gre za srednje močen vpliv ($\text{Beta}=0,248$). Posamezniki, ki forum uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno – individualnimi motivi (kot so npr. iskanje strokovnih in specifičnih nasvetov in doseganje sprememb), torej pogosteje poročajo o pozitivnih samoocenah učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Pri modelu A zaradi slučajnosti vpliva ($\text{Beta}=0,112$) ne moremo govoriti o statistično dokazljivem vplivu tovrstnih motivov na individualno opolnomočenje. Prav tako ne moremo potrditi hipoteze o negativnem vplivu instrumentalno - individualnih motivov, saj so rezultati regresijske analize v primeru obeh modelov statistično neznačilni.

Na kratko pa bi radi omenili povezanost kontrolnih spremenljivk z individualnim opolnomočenjem. Zelo presenetljiva se nam je namreč zdela negativna povezanost pogostosti uporabe foruma in individualnega opolnomočenja. Pri obeh modelih gre za srednje močno povezanost, pri čemer sta rezultata statistično značilna pri tveganju manjšem od 1 %, zato ju želimo vzeti v razmislek. Rezultat si lahko razlagamo podobno kot povezanost pogostosti uporabe foruma in individualnega opolnomočenja, ki se je prav tako izkazal kot negativen. Na eni strani gre za redkejšo uporabo foruma tistih uporabnikov, ki se že počutijo opolnomočene in na drugi strani pogostejšo uporabo foruma tistih, ki so v stanju večje nemoči in ravno zaradi tega uporabljajo forum.

V nadaljevanju se bomo posvetili razpravi o izvedenem metodološkemu eksperimentu. Kot je razvidno iz dosedanje razprave o rezultatih, ti kažejo na razliko med rezultati modela A in modela B oz. razliko med stopnjo individualnega opolnomočenja in oceno učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje. Razlike med rezultati veljajo tudi za posamezne dimenzije individualnega opolnomočenja. Najopaznejša razlika med obravnavanima modeloma A in B se pokaže na ravni samospoštovanja: rezultati individualnega opolnomočenja verzije A pokažejo dokaj nizko raven stanja samospoštovanja (2,84), medtem ko individualno opolnomočenje verzije B pokaže na prepoznan visok učinek na stopnjo samospoštovanja (3,44). To pomeni, da imajo uporabniki foruma sicer nizko stopnjo samospoštovanja, a ocenjujejo, da je uporaba foruma Nebojse.si pomembno prispevala k njihovem povečanju samospoštovanja.

Podobni rezultati se kažejo tudi na ravni skupnega individualnega opolnomočenja. Anketiranci namreč poročajo o nekoliko nižjem stanju individualnega opolnomočenja (2,95) in o višji stopnji učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje (3,26). Tudi te rezultate interpretiramo s trditvijo, da imajo uporabniki foruma Nebojse.si sicer nizko stopnjo individualnega opolnomočenja, a ocenjujejo, da je uporaba foruma pomembno prispevala k njihovem povečanju individualnega opolnomočenja. Omenjeno vsekakor kaže na pomembnost vloge foruma Nebojse.si.

Cilj metodološkega eksperimenta je bilo izboljšati metodo anketiranja in menimo, da se je izvedba metodološkega eksperimenta izkazala kot pozitivna, saj smo ravno z alternativnim merskim inštrumentom uspeli dobiti uvid v učinke, ki jih ima uporaba spletne podporne skupine na uporabnike. Odgovor na to, katero lestvico merjenja individualnega opolnomočenja je bolj ustrezno uporabiti, je povezan predvsem z vprašanjem konteksta raziskovanja. V kontekstu raziskovanja posplošene stopnje individualnega opolnomočenja, kot je na primer zanimanje o individualnem opolnomočenju posamezne skupine ljudi, ki jih predstavljajo različne generacije, posamezen spol ali različne subkulture, je bolje izbrati model A in lestvico merjenja splošnega stanja individualnega opolnomočenja. V primeru zanimanja o vlogi posameznega kanala podpore, ki jih predstavljajo spletne podporne skupine in druge oblike skupnosti, pa je bolj primerno uporabiti model B in lestvico samoocene učinka uporabe foruma na individualno opolnomočenje. S pomočjo te lestvice lahko namreč ugotovimo, kako je uporaba posameznega kanala podpore pripomogla k posameznikovem individualnem opolnomočenju. Omeniti pa moramo, da gre pri modelu B za zahtevnejšo obliko anketnega vprašalnika, ki od anketirancev zahteva nekoliko večjo mero miselnega napora. Pri obeh modelih ne smemo pozabiti uporabiti zadostnega števila relevantnih kontrolnih spremenljivk, ki lahko prav tako vplivajo na spremembo v individualnem opolnomočenju (npr. sedanji status, zakonski stan, izguba službe, izguba ali menjava partnerja).

Omeniti pa gre tudi slabost izvedenega metodološkega eksperimenta, ki se je pokazala šele po izvedbi zbiranja podatkov. Zaradi razdelitve vprašalnika na dva slučajna podvzorca smo razpolovili število enot ($n=119$; podvzorca za merjenje individualnega opolnomočenja $n(mA)=66$, $n(mB)=53$), kar se je pokazalo kot slabost pri kasnejših analizah. Zaradi manjših vzorcev izračuni regresijske analize namreč niso tako zanesljivi, kot bi bili ob numerusu 119.

Posledično je potrebno predstavljene rezultate brati s previdnostjo. Navkljub omejitvam pa smo uspeli opredeliti in preveriti modela, ki imata precejšnjo pojasnjevalno moč in se dobro prilagata podatkom. Rezultati so vsekakor zanimivi, a bi potrebovali še dodatno poglobitev, predvsem v primerjavo modela A in modela B, ki bi razkrila razlike v dobljenih rezultatih. Za te potrebe bi bilo poleg poglobljenega znanja na področju teorije o metodoloških in anketnih eksperimentih, razširiti tudi raziskovalni okvir. Celotno raziskavo in rezultate bi bilo možno obogatiti še z analizo vsebine besedil oz. objav na forumu in/ali kvalitativnimi metodami, s katerimi bi dobili temeljitejši vpogled v procese, ki se v spletnih podpornih skupinah odvijajo in rezultate, ki jih uporabniki zaznavajo.

8 Zaključek

Z nalogo smo želeli pokazati, da ima delovanje v spletnih podpornih skupinah relevantne posledice v vsakdanjem življenju posameznikov. Tako s teoretičnega kot empiričnega vidika smo preučili tematiko, ki je med raziskovalci spletnih podpornih skupin aktualna in se nanaša na vprašanje, ali lahko posamezniki preko uporabe spletnih podpornih skupin pridobijo specifično moč, ki jim bo olajšala vsakodnevne življenjske situacije.

V iskanju odgovora smo preučili literaturo o spletnih podpornih skupinah in ugotovili, da se v njih oblikujejo in razvijajo različni procesi podpore in osebnih vezi, zaradi česar imajo le-te pomembno vlogo v življenju marsikaterega posameznika. Še posebej koristne pa so za ljudi s psihosocialnimi težavami. Pozitivne posledice uporabe spletnih podpornih skupin se najpogosteje kažejo kot boljša »opremljenost« za spopadanje tako z vsakdanjimi kot specifičnimi težavnimi situacijami.

Z empirično raziskavo, ki smo jo izvedli na spletnem podpornem forumu Nebojse.si (n=119), smo želeli ugotovitve o pomembnosti vloge spletnih podpornih skupin preveriti tudi v praksi. Trdimo lahko, da je za povečanje individualnega opolnomočenja v spletnih podpornih skupinah ključno dvoje: (1) posameznik spletno podporno skupino uporablja s prevladujočimi motivi kot so vključenost, izmenjava nasvetov ter mnenj in (2) posameznik v spletni podporni skupini zaznava prisotnost spodbude, izkazano medsebojno razumevanje in sočutje. S pomočjo analize zbranih podatkov in uporabe linearne regresije smo namreč uspeli ugotoviti, da posamezniki, ki spletne podporne skupine uporabljajo s prevladujočimi instrumentalno – kolektivnimi motivi in

tisti, ki zaznavajo več emocionalnega podpornega komuniciranja, pogosteje poročajo o višji stopnji individualnega opolnomočenja.

Izvedba metodološkega eksperimenta, ki predstavlja dodano vrednost naloge, se je izkazala kot pozitivna, čeprav smo se morali soočiti z nekaj omejitvami. Primerjava rezultatov preučevanih modelov, ki imata precejšno pojasnjevalno moč in se dobro prilegata podatkom, nam je namreč odprla novo perspektivo preučevanja individualnega opolnomočenja. Ugotovili smo, da lahko posamezniki z uporabo spletnih podpornih skupin svoje individualno opolnomočenje povečajo in da pri individualnem opolnomočenju ne gre le za neko trajnejšo lastnost posameznika.

V splošnem lahko rečemo, da uporabniki spletne podporne skupine Nebojse.si poročajo o pozitivnih učinkih rabe foruma. Navajajo izboljšanje psihosocialnega počutja, predvsem samospoštovanja. Uporabniki si nudijo emocionalno oporo ter se, kot to pravi tudi definicija podpornih skupin po Farris Kurtz (1997), skozi interakcije učijo iz lastnih in tujih izkušenj, poleg tega pa lahko na forumu poiščejo in dobijo veliko relevantnih informacij. Ob koncu naloge želimo zapisati, da spletna podporna skupina Nebojse.si opravlja zelo pomembne funkcije, saj njeni uporabniki skozi rabo zadovoljujejo pomembne motive kot so iskanje socialne opore, povezovanje in izmenjava mnenj. Medtem pa so bolj lahkotni motivi, ki se sicer pogosto pripisujejo spletnim skupnostim, v ozadju, kar kaže na resnost in pomembnost te spletne podporne skupine. Na podlagi obravnave dinamike v spletni podporni skupini Nebojse.si lahko zaključimo, da ta deluje kot prostor podpore, ki posamezniku omogoči izpoved in delitev svojih občutkov. Če uporabimo besede Høybye in drugi (2005), spletna podporna skupina tako postaja most med družbeno izolacijo in svetom, ki se odpre z delitvijo in razkritjem svoje zgodbe.

9 Literatura

1. Ajzen, Icek in Martin Fishbein. 2005. The influence of attitudes on behavior. V *The handbook of attitudes*, ur. D. Albarracín, B. T. Johnson in M. P. Zanna, 173–221. Mahwah, NJ: Erlbaum.
2. Bakardijeva, Maria. 2003. Virtual togetherness: An everyday–life perspective. *Media, Culture and Society* 25 (3): 291–313.
3. Bandura, Albert. 1997. *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
4. Barabas, Jason in Jennifer Jerit. 2010. Are Survey Experiments Externally Valid? *American Political Science Review* 104 (2): 226–242.
5. Barak, Azy, Meyran Boniel–Nissim in John Suler. 2008. Fostering empowerment in online support groups. *Computers in Human Behavior* 24 (5): 1867–1883.
6. Bargh, John A. in Katelyn Y. A. McKenna. 2004. The Internet and Social Life. *Annual Review of Psychology* (55): 573–590.
7. Becker, Julie, Andrea Crivelli Kovach in Dickie Lynn Gronseth. 2004. Individual empowerment: How community health workers operationalize self–determination, self–sufficiency, and decision–making abilities of low–income mothers. *Journal of Community Psychology* 32 (3): 327–342.
8. Bishop, Jonathan. 2006. Increasing participation in online communities: A framework for human–computer interaction. *Computers in Human Behavior* 23 (4): 1881–1893.
9. Braithwaite, Dawn O., Vincent R. Waldron in Jerry Finn. 1999. Communication of social support in computer–mediated groups for people with disabilities. *Health Communication* 11 (6): 123–151.
10. Brown, Timothy A. 2006. *Confirmatory Factor Analysis for Applied Research*. New York: Guilford Press.
11. Burleson, Brant R. 2003. Emotional support skills. V *Handbook of communication and social interaction skills*, ur. Joh O. Green in B.R. Burleson, 551–549. Mahwah, NJ: Erlbaum.

12. Burlison, Brant R. in Erina L MacGeorge. 2002. Supportive communication. V *Handbook of interpersonal communication*, ur. M. L. Knapp in J. A. Daly, 374–424. Thousand Oaks, CA: Sage.
13. Burrows, Roger, Sarah Nettleton, Nicholas Pleace, Brian Loader in Steven Muncer. 2000. Virtual community care? Social policy and the emergence of computer mediated social support. *Information, Communication, and Society* (3): 95–121.
14. Carmines, Edward G. in Richard A. Zeller. 1979. *Reliability and validity assessment*. Beverly Hills, CA: Sage.
15. Cline, R. J. W. 1999. Communication in social support groups. V *Handbook of Small Group Communication*, ur. L. Frey, D. Gouran in S. Poole, 516–538. Thousand Oaks, CA: Sage.
16. Coulson, Neil S. in Sumaira Malik. 2012. Health-related online support communities. V *Encyclopedia of cyber-behaviour*, ur. Z. Yan, 671–88. Hershey, PA: IGI Global.
17. Coulson, Neil S., Heather Buchanan in Aimes Aubeeluck. 2007. Social support in cyberspace: A content analysis of communication within a Huntington's disease online support group. *Patient Education and Counseling* 68 (2): 173–178.
18. Cusatis, Deborah C. in Barbara M. Shannon. 1996. Influences on adolescent eating behaviour. *Journal of Adolescent Health* 18 (1): 27–34.
19. Cutrona, Carolyn E. in Jullie A. Suhr. 1994. Social support communication in the context of marriage: An analysis of couples' supportive interactions. V *The communication of social support: MesSages, interactions, relationships, and community*, ur. B. Burlison, T. Albrecht in I. Sarason, 113–135. Newbury, CA: Sage.
20. Davidson, Larry, Chinman Matthew, Kloos Bret, Weingarten Richard, Stayner David in Kraemer Tebes Jacob. 1999. Peer Support Among Individuals With Severe Mental illness: A Review of the Evidence. *Clinical Psychology: Science and Practice* 6 (2): 165–187.
21. Davison, Kathryn P., James W. Pennebaker in Sally S. Dickerson. 2000. Who talks? The social psychology of illness support groups. *American Psychologist* 55 (2): 205–217.
22. *Društvo DAM*. Dostopno prek: <http://www.nebojse.si/portal/index.php> (5. marec 2012).

23. Farris Kurtz, Linda. 1997. *Self-Help and Support Groups: A Handbook for Practitioners*. Thousand Oaks, CA: Sage.
24. Finn, Jerry. 1999. An exploration of helping processes in an online self-help group focusing on issues of disability. *Health and Social Work* 24 (3): 220–231.
25. Fox, Susannah. 2011. *Pew Research Internet Project*. Health topics. Dostopno prek: http://pewinternet.org/~media/Files/Reports/2011/PIP_Health_Topics.pdf (2. julij 2013).
26. Glindermann, Kent E., Scott E. Geller in Jason N. Fortney. 1999. Self-esteem and alcohol consumption: A study of college drinking behaviour in a naturalistic setting. *Journal of Alcohol & Drug Education* 45 (1): 60–71.
27. Gooden, Rebeca J. in Helen R. Winefield. 2006. Breast and Prostate Cancer Online Discussion Boards: A Thematic Analysis of Gender Differences and Similarities. *Journal of Health Psychology* 12 (1): 103–114.
28. Hansen, William B. in Ralph B. McNeal. 1997. How D.A.R.E. works: An examination of program effects on mediating variables. *Health Education & Behavior* 24 (2): 165–176.
29. Harackiewicz, Judith M., Kenneth E. Barron, John M. Tauer, Suzanne M. Carter in Andrew J. Elliot. 2000. Short-term and long-term consequences of achievement goals: Predicting interest and performance over time. *Journal of Educational Psychology* 92 (2): 316–330.
30. House, James S. 1981. *Work stress and social support*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
31. Høybye, T. M., C. Johansen in T. Tjørnhøj-Thomsen. 2005. Online interaction: Effects of storytelling in an Internet breast Cancer Support Group. *Psycho-Oncology* 14 (3): 211–220.
32. Hur, Mann Hyung. 2006. Empowerment in terms of theoretical perspectives: Exploring a typology of the process and components across disciplines. *Journal of Community Psychology* 34 (5): 523–540.
33. Ip, Eric J., Mitchell J. Barnett, Micheal J. Tenerowicz, Paul J. Perry. 2010. The touro 12-step: A systematic guide to optimizing survey research with online discussion boards. *Journal of Medical Internet Research* 12 (2): e16.
34. Ishii, Kenichi. 2008. Uses and Gratifications of Online Communities in Japan. *Observatorio Journal* 2 (3): 25–37.

35. Johnson, Diane E., Amir Erez, Scott D. Kiker in Stephen J. Motowidlo. 2002. Liking and attributions of motives as mediators of the relationships between individuals' reputations, helpful behaviors, and raters' reward decisions. *Journal of Applied Psychology* 87 (4): 808–815.
36. Katz, Alfred H. 1993. *Self-help in America: A social movement perspective*. New York: Twayne Publishers.
37. King, Storm A. in Danielle Moreggi. 1998. Internet therapy and self help groups – the pros and cons. V *Psychological and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Implication*, ur. J. Gackenbach, 77–109. San Diego, CA: Academic Press.
38. Klemenčič Rozman, Mija Marija. 2011. *Tipologija in značilnosti skupin za samopomoč in podpornih skupin v Sloveniji*. Doktorska disertacija. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
39. Knapp, Mark L. in John A. Daly, ur. 2002. *Handbook of Interpersonal Communication*. Thousand Oaks, CA: SAGE.
40. Kollock, Peter in Marc Smith. 2002. *Communities in Cyberspace*. London: Routledge.
41. Krause, Neal. 1986. Social support, stress, and well-being. *Journal of Gerontology* 41 (4): 512–519.
42. Lee, Judith A. B. 1994. *The Empowerment Approach to Social Work Practice*. New York: Columbia University Press.
43. Leganger, Anette, Pål Kraft in Espen Røysamb. 2000. Perceived self-efficacy in health behavior research: Conceptualisation, measurement and correlates. *Psychology and Health* 15 (1): 51–69.
44. Luszczynska, Aleksandra. 2005. The General Self-Efficacy Scale: Multicultural Validation Studies. *The Journal of Psychology* 139 (5): 439–457.
45. Marčič, Renata in Darja Kobal Grum. 2009. Povezanost samopodobe in samospoštovanja z agresivnostjo. *Psihološka obzorja* 18 (4): 59–71.
46. Miller, John K. in Kenneth J. Gergen. 1998. Life on the line: the therapeutic potentials of computer-mediated conversation. *Journal of Marital and Family Therapy* 24 (2): 189–202.
47. Mo, Phoenix K. H. in Neil S. Coulson. 2010. Empowering processes in online support groups among people living with HIV/AIDS: A comparative analysis of 'lurkers' and 'posters'. *Computers in Human Behaviour* 26 (5): 371–374.

48. Moreau, Maurice J. 1990. Empowerment through Advocacy and Consciousness-Raising: Implications of a Structural Approach to Social Work. *Journal of Sociology and Social Welfare* 17 (2): 53–67.
49. MOSS. 2010. *Izvedba, metodologija, ključni rezultati*. Dostopno prek: <http://www.moss-soz.si/si/novice/4109/detail.html> (12. julij 2013).
50. Neuman, W. Lawrence. 2003. *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. Boston: Allyn and Bacon.
51. Oblak, Tanja. 2004. Kultura druženja chat room generacije: “Za užitek gre!”. *Javnost* 11 (5): 75–88.
52. Page, Nanette in Cheryl E. Czuba. 1999. Empowerment: What Is It? *Journal of Exterinson* (online) 37 (5). Dostopno prek: <http://www.joe.org/joe/1999october/comm1.php> (20. junij 2013).
53. Peterson, N. Andrew, John B. Lowe, Mary L. Aquilino in John E. Schneider. 2005. Linking social cohesion and gender to intrapersonal and interactional empowerment: Support and new implications for theory. *Journal of Community Psychology* 33 (2): 233–244.
54. Postmes, Tom in Suzzane Brunsting. 2002. Collective Action in the Age of Internet. Mass Communication and Online Mobilization. *Social Science Computer Review* 29 (3): 290–301.
55. Preece, Jeniifer. 1998. Emphatic communities: Reaching out across the Web. *Interactions* 5 (2): 32–43.
56. --- in Kambiz Ghazati. 2001. Experiencing empathy on-line. V *The Internet and health communication: Experiences and expectations*, ur. R.E. Rice in J.E. Katz. 237–260. Thousands Oaks, CA: Sage.
57. Reason, James. 1990. *Human Error*. Ashgate: Cambridge University.
58. Rheingold, Howard. 1993. *The Virtual Community: Homestanding on the Electronic Frontier*. Dostopno prek: <http://www.rheingold.com/vc/book/> (13. julij 2013).
59. Riessman, Frank. 1965. The 'helper' therapy principle. *Social Work* 10 (2): 27–32.
60. Rosenberg, Morris. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

61. Schwarzer, Ralf, John Mueller in Esther Greenglass. 1999. Assessment of perceived general self-efficacy on the Internet: Data collection in cyberspace. *Anxiety, Stress & Coping* 12 (2): 145–161.
62. Schwarzer, Ralf in Matthias, Jerusalem. 1995. Generalized Self-Efficacy Scale. V *Measures in health psychology: A user's portfolio, Causal and control beliefs*, ur. J. Weinman, S. Wright in M. Johnson, 35–37. Windsor England: NFER–NELSON.
63. Sparks, S. M. 1992. Exploring electronic support groups. *American Journal of Nursing* 92 (12): 62–65.
64. Staples, Lee H. 1990. Powerful ideas about empowerment. *Administration in Social Work* 14 (2): 29–42.
65. Statistični urad Republike Slovenije (SURS). 2012. *Uporaba informacijsko–komunikacijske tehnologije v gospodinjstvih in pri posameznikih, podrobni podatki, Slovenija, 2012 - končni podatki*. Dostopno prek: http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?id=5179 (10. julij 2013).
66. Ule, Mirjana. 2009. *Psihologija komuniciranja in medosebnih odnosov*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
67. van Uden-Kraan, C. F., C. H. Drossaert, E. Taal, B. R. Shaw, E. R. Seydel, M. A. van de Laar. 2008. Empowering processes and outcomes of participation in online support groups for patients with breast cancer, arthritis, or fibromyalgia. *Qualitative Health Research* 18 (3): 405–417.
68. van Uden-Kraan, C. F., C. H. Drossaert, E. Taal, E. R. Seydel in M. A. van de Laar. 2009. Participation in online patient support groups endorses patients' empowerment. *Patient Education and Counseling* 74 (1): 61–69.
69. van Uden-Kraan, Nelly. 2008. *Online Peer Support for Patients with Somatic Diseases*. Doktorska disertacija, Univerza Twente.
70. Vehovar, Vasja, Tina Činkole, Andraž Petrovčič in Saša Mašič. 2010. *Spletne skupnosti 2010*. Dostopno prek: http://www.ris.org/uploadi/editor/1284569149RIS_pletne_skupnosti_september_2010_AP.pdf (10. julij 2013).

71. Walgrave, Stefaan, Jeroen van Laer, Joris Verhulst in Roud Wouters. 2010. Why People Protest. Comparing Demonstrators' Motivations Across Issues and Nations. *Media, Movements & Politics*. Dostopno preko: <http://www.m2p.be/publications/1280218856.pdf> (12. april 2012)
72. White, Marsha in Steve M. Dorman. 2001. Receiving social support online: implications for health education. *Health Education Research: Theory and practice* 6 (16): 693–707.
73. Wright, Kevin B. 2002. Social support within an on–line cancer community: an assessment of emotional support, perceptions of advantages and disadvantages, and motives for using the community from a communication perspective. *Journal of Applied Communication Research* 30 (3): 195–209.
74. --- in Sally B. Bell. 2003. Health–related Support Groups on the Internet: Linking Empirical Findings to Social Support and Computer–mediated Communication Theory. *Journal of Health Psychology* 8 (1): 39–54.
75. Zimmerman, Marc A. 1995. Psychological empowerment: issues and illustrations. *American Journal of Community Psychology* 23 (5): 581–99.

PRILOGI

PRILOGA A: Anketni vprašalnik

VLOGA FORUMA NEBOJSE.SI

Pozdravljen/a,

Smo študentje družboslovne informatike iz Fakultete za družbene vede, ki v okviru predmeta Raziskovalni seminar izvajamo raziskavo o forumih, namenjenih medsebojni pomoči. Naš namen je ugotoviti, kakšni so vplivi in posledice uporabe forumov na uporabnike.

Odločili smo se, da bomo podrobno raziskali vlogo foruma Nebojse.si, zato tudi Vas, kot uporabnika/co foruma Nebojse.si, prosimo, da izpolnite našo anketo in s tem pripomorete k razumevanju vloge foruma Nebojse.si.

Anketa je kratka in Vam bo vzela približno 7 minut časa.

Anketa je anonimna, Vaši odgovori pa zaupni in bodo uporabljeni izključno v študijske namene.

Za sodelovanje se Vam vnaprej lepo zahvaljujemo!

Za začetek vam bomo zastavili nekaj vprašanj glede vaše uporabe foruma Nebojse.si.

Q1 - Kako dolgo ste že uporabnik foruma Nebojse.si?

- en mesec ali manj
- manj kot pol leta
- med pol leta in enim letom
- med enim letom in tremi leti
- tri leta ali več

Q2 - Kako pogosto uporabljate forum Nebojse.si?

- vsaj enkrat na dan
- nekajkrat tedensko
- enkrat tedensko
- nekajkrat mesečno
- enkrat mesečno
- redkeje

Q3 - Ali ste že kdaj objavili kakšno sporočilo ali komentar na forumu Nebojse.si?

- Da
- Ne

Q4 - Ljudje imajo različne razloge in namene, zaradi katerih uporabljajo forume. Zanima nas, kakšni so vaši nameni pri uporabi foruma Nebojse.si. Spodaj so navedene trditve, ki opisujejo namene za uporabo foruma Nebojse.si. Prosim, da na lestvico od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

Spletni forum uporabljam zato, da....

	1-Sploh ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... izmenjam mnenja z ostalimi uporabniki foruma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se počutim manj osamljenega.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... sem vključen v skupino ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... spoznam nove načine za soočanje s težavami.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... izrazim svoje mnenje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... spremenim svoj način razmišljanja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... spremenim svoj način vedenja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... lahko drugim povem, kako se počutim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... izboljšam svoje zdravstveno stanje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... svoje mnenje izrazim med ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se zabavam.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q5 - Še vedno nas zanimajo vaši nameni za uporabo foruma Nebojse.si.

Spodaj so navedene trditve, ki opisujejo namene za uporabo foruma Nebojse.si. Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

Spletni forum uporabljam zato, da....

	1-Sploh ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... se povežem z ljudmi, ki so v podobni situaciji kot jaz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... drugim pomagam pri njihovem soočanju s težavami.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... delim svoje izkušnje z drugimi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... pridobim specifične informacije (npr. stranski učinki zdravil).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... pridobim strokovni nasvet (npr. kaj pomenijo posamezni simptomi).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se kratkočasim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... prejmem čustveno podporo drugih.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... rešim svoje probleme.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... spoznam nove ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sedaj prehajamo na sklop vprašanj o odnosih in poteku komunikacije na forumu Nebojse.si.

Q7 - Zanima nas, kakšno je vaše mnenje o komunikaciji in odnosih na forumu Nebojse.si.

Spodaj so navedene trditve, ki opisujejo komunikacijo in odnose med uporabniki Nebojse.si. Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Nikoli" in 5 "Zelo pogosto", označite, kako pogosto prihaja do sledečih aktivnosti.

V spletnem forumu uporabniki...

	1-Nikoli	2-Redko	3-Včasih	4-Pogosto	5-Zelo pogosto
... z drugimi delijo svoja mnenja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... delijo informacije.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... izražajo svoja čustva.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... delijo svoje izkušnje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... skušajo najti informacije.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... si medsebojno izkazujejo razumevanje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... z drugimi delijo svoje težave.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... izražajo sočutje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se med seboj spodbujajo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... delijo nasvete.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1-Nikoli	2-Redko	3-Včasih	4-Pogosto	5-Zelo pogosto
... si med seboj zaupajo svoje težave.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se pogovarjajo o svojih občutkih.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q8 - Sledi še niz trditev, ki opisujejo različne načine medsebojne pomoči. Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Nikoli" in 5 "Zelo pogosto", označite, kako pogosto na forumu prihaja do sledečih načinov medsebojne pomoči.

V spletnem forumu si uporabniki med seboj pomagajo...

	1-Nikoli	2-Redko	3-Včasih	4-Pogosto	5-Zelo pogosto
... na različne načine.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... s svojim znanjem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... s svojimi izkušnjami.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... z nasveti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

A - Sedaj prehajamo na sklop malo bolj osebnih vprašanj.

Q9a - Zanima nas, kako uporaba foruma Nebojse.si vpliva na vaše sprejemanje odločitev.

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

Odkar uporabljam spletni forum...

	1-Sploh ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... večkrat pretehtam različne možnosti, preden se dokončno odločim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... temeljiteje razmislim o vplivu mojih odločitev na čustva drugih ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... pogosteje razmislim o posledicah mojih odločitev.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... sprejemam boljše odločitve.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q10a - Nadaljujemo z vprašanji o tem, kako uporaba Nebojse.si foruma, vpliva na vaše dojetanje samega sebe.

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

Zaradi uporabe spletnega foruma...

	1-Sploh ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... opažam, da imam veliko pozitivnih lastnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... sem spoznal/a, da sem sposoben/a početi stvari tako dobro, kot večina drugih ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... opažam, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/a.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se počutim sposobnejši/a.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... sem spoznal/a, da sem enakovreden/a ostalim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... bolj gradim na svojem samospoštovanju.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... pogosteje mislim, da sem neuspešen/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... imam boljše mnenje o sebi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q11a - Zanima nas, kako uporaba foruma Nebojse.si, vpliva na vaše soočanje z različnimi situacijami.

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

Zaradi uporabe spletnega foruma...

	1-Sploh ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... lažje rešujem svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1-Sploš ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
... lažje premagujem ovire pri doseganju ciljev.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... se znam učinkoviteje spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... v primeru težav, lažje ostanem miren/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
... lahko v primeru težav, poiščem več rešitev.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

B - Sedaj prehajamo na sklop malo bolj osebnih vprašanj.

Q9b - Zanima nas, kako sprejemate odločitve?

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

	1-Sploš ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
Preden se dokončno odločim, vedno pretehtam različne možnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vedno razmislim o vplivu, ki bi jih moje odločitve lahko imele na čustva drugih ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pri odločanju vedno razmislim o stvareh, ki bi se lahko zgodile kot posledice mojih odločitev.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Moje odločitve so skoraj vedno dobre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q9b - Nadaljujemo z vprašanji o tem, kako vidite samega sebe.

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

	1-Sploš ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
Imam veliko pozitivnih lastnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sposoben/na sem početi stvari tako dobro, kot večina drugih ljudi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mislim, da nimam veliko stvari, na katere bi bil/a lahko ponosen/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Občasno se počutim nesposoben/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vem, da sem enakovreden/na ostalim.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Želim si, da bi imel/a več samospoštovanja.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pogosto mislim, da sem neuspešen/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Imam dobro mnenje o sebi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Q10b - Zanima nas, kako se soočate z različnimi situacijami.

Prosimo, da na lestvici od 1 do 5, kjer 1 pomeni "Sploh ne drži" in 5 "Popolnoma drži", označite, v kolikšni meri za vas držijo spodnje trditve.

	1-Sploš ne drži	2-Ne drži	3-Niti niti	4-Drži	5-Popolnoma drži
Učinkovito se znam spoprijeti z nepričakovanimi dogodki.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pri doseganju ciljev sem uspešen/a.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lahko razrešim večino problemov, če si za to dovolj prizadevam.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Svoje težave (zdravstvene, čustvene, psihične) lahko rešujem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ko se soočam s težavami, znam ostati miren/na.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Če sem v težavah, se zmeraj lahko spomnim kakšne rešitve.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Za konec pa še nekaj demografskih vprašanj.

Q11 - Katerega spola ste?

- Moški
 Ženski

Q12 - Katerega leta ste bili rojeni?

Q13- Kakšen je vaš zakonski stan?

- Poročen/na
- Zunajzakonska skupnost
- Imam partnerja/ko, a ne živim z njim/njo
- Samski/a
- Ovdovel/a
- Ločen/a

Q14 - Kakšna je vaša najvišja dosežena izobrazba?

- Ste brez šolske izobrazbe.
- Npopolna osnovnošolska izobrazba, 1 – 7 razredov.
- Osnovnošolska izobrazba.
- Nižja ali srednja poklicna izobrazba.
- Srednja strokovna izobrazba.
- Srednja splošna izobrazba.
- Višja strokovna izobrazba, višješolska izobrazba.
- Visokošolska strokovna izobrazba.
- Visokošolska univerzitetna izobrazba.
- Specializacija.
- Magisterij.
- Doktorat.

Q15- Kako bi opisali vaš sedanji status?

- Zaposleni?
- Samozaposleni?
- Kmetovalec?
- Otrok, učenec, dijak, študent?
- Upokojenec?
- Pomagajoci družinski član?
- Brezposelni?
- Gospodinja?
- Nezmožni za delo zaradi starosti, bolezni, invalidnosti?
- Drugo:

Q16 - V kakšnem tipu naselja živite?

- osamljena kmetija oziroma hiša na podeželju
- podeželski kraj, vas
- manjše mesto
- obrobje velikega mesta
- veliko mesto – Celje, Kranj, Velenje, Koper, Novo mesto ...
- največji mesti – Ljubljana, Maribor

PRILOGA B: Primerjava slovenskih spletnih forumov

Tabela P.1: Primerjava slovenskih podpornih forumov (april 2012).

Ime foruma	Leta obstoja	Št. članov	Št. prispevkov	Št. tem
Nebojse.si	5	4.108	271.997	6.486
bipolarna.si	4	255	13.683	547
pomagajmo.si	4	795	5228	1509
jazsemvredu.si	2	251	1005	180
dusevnemotnje.si	3	79	506	90
spregovori.si	2	12	35	20